



UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
ESCUELA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

TEMA:

“PLAN DE CAPACITACIÓN EN MINIATLETISMO PARA LOS ENTRENADORES DE LA FEDERACIÓN DEPORTIVA DE LA PROVINCIA DE SANTA ELENA, AÑO 2013”

TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN.

AUTOR:

LILIANA GABRIELA BAQUE CATUTO

TUTORA:

LIC. KATHERINE AGUILAR MOROCHO MSc.

LA LIBERTAD – ECUADOR

AGOSTO – 2013



UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
ESCUELA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

PORTADILLA

TEMA:

“PLAN DE CAPACITACIÓN EN MINIATLETISMO PARA LOS ENTRENADORES DE LA FEDERACIÓN DEPORTIVA DE LA PROVINCIA DE SANTA ELENA, AÑO 2013”

TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN.

AUTOR:

LILIANA GABRIELA BAQUE CATUTO

TUTORA:

LIC. KATHERINE AGUILAR MOROCHO MSc.

LA LIBERTAD – ECUADOR

AGOSTO – 2013

La Libertad, Agosto del 2013

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor(a) del trabajo de investigación sobre el tema: “PLAN DE CAPACITACIÓN EN MINIATLETISMO PARA LOS ENTRENADORES DE LA FEDERACIÓN DEPORTIVA DE LA PROVINCIA DE SANTA ELENA, AÑO 2013” elaborado por: **Liliana Gabriela Baque Catuto**, egresada de la Carrera de Educación Física, Deportes y Recreación, de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, previo a la obtención del Título de Licenciado en Educación Física, Deportes y Recreación, me permito declarar que luego de haber orientado, estudiado y revisado, lo apruebo en todas sus partes.

Atentamente.

Lic. Katherine Aguilar Morocho MsC.

TUTORA

AUTORÍA DE TRABAJO DE GRADO

Yo, Liliana Gabriela Baque Catuto, portador de la cedula de ciudadanía N°0926126905, egresada de la Escuela de Ciencias de la Educación, en la Carrera de Educación Física, Deportes y Recreación, declaro que soy la autora del presente trabajo de investigación, el mismo que es original, auténtico y personal.

Todos los aspectos académicos y legales que se desprendan del presente trabajo son responsabilidad exclusiva de la autora.

Atentamente.

Liliana Gabriela Baque Catuto
C.I. N° 0926126905

TRIBUNAL DE GRADO

**Dra. Nelly Panchana Rodríguez, MsC.
DECANA DE LA FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E
IDIOMAS**

**Lic Maritza Paula Chica, PhD.
DIRECTORA DE LA CARRERA
DE EDUCACIÓN FÍSICA,
DEPORTES Y RECREACIÓN.**

**Lic. Katherine Aguilar Morocho, MsC.
TUTORA**

**Lic. Edwar Salazar Arango, MsC.
PROFESOR ESPECIALISTA**

**Abg. Milton Zambrano Coronado MsC.
SECRETARIO GENERAL
PROCURADOR**

DEDICATORIA

Con mucho amor dedico mi trabajo:

A mi hija María Gabriela que ha sido el motor, la razón y la inspiración para seguir siempre adelante.

A mi esposo Santiago Hurtado que siempre ha estado conmigo brindándome palabras de aliento para continuar y jamás decaer.

A mis padres, que me brindaron su apoyo en toda esta linda experiencia y que hoy culmino con satisfacción.

A mis profesores de la Carrera de Educación Física, Deportes y Recreación por la formación académica, moral y espiritual recibida.

A mis familiares, amigos y a todas aquellas personas que colaboraron directa o indirectamente para la culminación de mi tema de tesis.

Liliana

AGRADECIMIENTO

Fue un verdadero trabajo de dedicación para mí, me gustaría agradecer a las siguientes instituciones y personas que con sus aportes, he podido realizar mi tema de tesis:

Principalmente a Dios, por darme la fuerza necesaria para lograr alcanzar mi objetivo en esta bella carrera.

A la Universidad Estatal Península de Santa Elena, por brindarme la oportunidad de estudiar esta carrera, y culminarla con éxito.

A la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena que me facilitó las instalaciones para el desarrollo de esta problemática y al Lcdo. Julio Sanmiguel por colaborar como expositor en mi propuesta.

A cada uno de mis docentes, que gracias a ellos puede obtener valiosos conocimientos que van a servirme en mi vida como profesional de la Educación Física Deportes y Recreación, en especial a la Dra. Gisella Paula.

A mi tutora Lic. Katherine Aguilar Morocho. MsC. que gracias a sus sabios consejos he podido elaborar y culminar este hermoso trabajo de titulación.

Liliana

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
PORTADILLA.....	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	iii
AUTORÍA DE TRABAJO DE GRADO.....	iv
TRIBUNAL DE GRADO.....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	viii
ÍNDICE DE TABLAS.....	xiii
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	xiv
ÍNDICE DE ILUSTRACIONES.....	xv
RESUMEN.....	xvii
INTRODUCCIÓN.....	xviii
CAPÍTULO I.....	1
EL PROBLEMA.....	1
1.1. Tema.....	1
1.2.- Planteamiento del problema.....	1
1.3.- Contextualización.....	3
1.4.- Análisis Crítico.....	3
1.5.- Prognosis.....	4
1.6.- Formulación del problema.....	4
1.7.- Delimitación del objeto de investigación.....	4
1.8.- Justificación e Importancia.....	6
1.9.-Objetivos.....	7
1.9.1.-Objetivo General.....	7
1.9.2.-Objetivos Específicos.....	7

CAPÍTULO II	8
MARCO TEÓRICO.....	8
2.1.-Investigaciones Previas	8
2.2.- Fundamentación filosófica.....	10
2.3.- Categorías Fundamentales	10
2.3.1.- El Miniátlletismo	10
2.3.2.- Características del Miniátlletismo	11
2.3.3.- Cómo se lleva a efecto el Miniátlletismo	12
2.3.4.- Ubicación y Duración.....	12
2.3.5.-Edades y distribución de los grupos de edades que practican Miniátlletismo.....	13
2.3.6.- Propuestas de nuevos eventos para los tres Grupos de edades de 7/8, 9/10 y 11/12.	14
2.3.7.- Aspectos cognitivos, motrices, afectivos y sociales de los niños hasta los 12 años.	16
2.4.- Fundamentación Pedagógica.....	23
2.5.- Fundamentación Legal	24
2.5.1.- Constitución de la República del Ecuador.....	24
2.5.2.- Plan Nacional del Buen Vivir.....	25
2.5.3.- Ley del Deporte	25
2.6.-Hipótesis.....	26
2.7.-Variables de investigación	27
2.7.1.- Variable independiente:.....	27
2.7.2.- Variable Dependiente:	27
CAPÍTULO III	28
METODOLOGÍA	28

3.1.- Enfoque investigativo	28
3.2.- Modalidad básica de la investigación	29
3.3.- Nivel o tipo de investigación	29
3.3.1.- De Campo	29
3.3.2.- Investigación Descriptiva	29
3.4.- Población y muestra	30
3.4.1.- Población	30
3.4.2.- Muestra	30
3.4.3.-Operacionalización de las Variables	31
3.5.- Métodos de Investigación Científica.....	33
3.5.1.- Métodos Teóricos Metodológicos.....	33
3.5.1.1.- Histórico-Lógico.....	33
3.5.1.2.- Analítico-Sintético.....	33
3.5.1.3.- Inductivo-Deductivo.....	33
3.5.1.4.-Modelación	33
3.6.- Técnicas e instrumentos de la investigación	34
3.6.1.- Guía de observación	34
3.6.2.- Encuesta.....	34
3.6.3.- Entrevista.....	34
3.6.4.- Métodos estadísticos matemáticos	35
3.7.- Plan de recolección de la información	35
3.7.1.- Guía de Observación.	35
3.7.2.-La Encuesta.	35
3.7.3.- La Entrevista.....	35
3.8.- Plan de procesamiento de la información.	36

3.8.1.-Guía de Observación.	36
3.8.2.- La Encuesta.	36
3.8.3.- La Entrevista.....	36
3.9.- Análisis de interpretación de resultados.....	36
3.9.1.- Guía de Observación	36
3.9.2.- Análisis de las preguntas realizadas en la encuesta.	39
3.9.3.- Análisis de las preguntas realizadas en la entrevista.	50
3.10.- Conclusiones y Recomendaciones	51
3.10.1.- Conclusiones.....	51
3.10.2.- Recomendaciones	52
CAPÍTULO IV.....	53
LA PROPUESTA	53
4.1.- Datos Informativos.....	53
4.2.- Antecedentes de la propuesta	54
4.3.-Justificación	54
4.4.- Objetivos	54
4.4.1.- Objetivo General	54
4.4.2.- Objetivos específicos.....	55
4.5.- Fundamentación	55
4.6.- Metodología del Plan de Acción	56
4.6.1.- Cronograma de Trabajo	56
4.6.2.- Presentación de Mini atletismo. Proyecto Ecuador.	58
4.6.3.- Aprendizaje de habilidades y destrezas motrices	61
4.6.4.- Fases en el aprendizaje de una habilidad motriz	62
4.6.6.- Fases de crecimiento y Desarrollo de los niños.....	63

4.6.7.- Propuesta de la IAAF	64
4.6.8.- Fases sensibles.....	65
4.6.9.- Planificación para la enseñanza de Mini atletismo.....	70
4.6.10.- Organización de Evento	71
CAPÍTULO V	83
MARCO ADMINISTRATIVO	83
5.1.-Recursos:	83
5.1.1.- Institucionales.....	83
5.1.2.- Humanos.....	83
5.1.3.- Materiales	83
5.2.-Financiamiento.....	84
5.3.- Cronograma.....	87
Bibliografía	88

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.-Propuesta de los eventos para los grupos de edades	15
Tabla 2.- Variable Independiente: Plan de Capacitación	31
Tabla3.- Variable Dependiente: Mini atletismo.....	32
Tabla 4.-Guía de Observación. Entrenamiento de atletismo.....	37
Tabla 5.- Conocimiento del Mini atletismo	39
Tabla 6.- Mini atletismo mejora su tiempo libre.....	40
Tabla 7.- Mini atletismo ayuda a fomentar la práctica de valores	41
Tabla 8.- Mini atletismo motiva a los niños a la práctica de actividad física	42
Tabla 9.- Mini atletismo prepara a los niños para el Atletismo	43
Tabla 10.- Mini atletismo en la Provincia de Santa Elena	44
Tabla 11.- Recibió una capacitación de Mini atletismo	45
Tabla 12.- Desearía recibir una capacitación de Mini atletismo	46
Tabla 13.- Necesidad de entrenadores en la Provincia	47
Tabla 14.- Egresados y estudiantes de la Carrera de Educación Física de la UPSE deberían asistir	48
Tabla 15.- Cronograma para la capacitación	57
Tabla 16.- Esquema de Planificación para la enseñanza de Mini atletismo	70
Tabla 17.- Recursos Humanos	84
Tabla 18.- Recursos y Materiales.....	85
Tabla 19.- Transporte y movilización.....	85
Tabla 20.- Total gastos.....	86
Tabla 21.- Cronograma	87

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1.- Conocimiento del Mini atletismo	39
Gráfico 2.- Mini atletismo mejora su tiempo libre.....	40
Gráfico 3.- Mini atletismo ayuda a fomentar la práctica de valores	41
Gráfico 4.- Mini atletismo motiva a los niños a la práctica de actividad física	42
Gráfico 5.- Mini atletismo prepara a los niños para el Atletismo	43
Gráfico 6.- Mini atletismo en la Provincia de Santa Elena	44
Gráfico 7.- Recibió una capacitación de Mini atletismo	45
Gráfico 8.- Desearía recibir una capacitación de Mini atletismo	46
Gráfico 9.- Necesidad de entrenadores en la Provincia	47
Gráfico 10.- Egresados y estudiantes de la Carrera de Educación Física de la UPSE deberían asistir	48

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1.- Propuesta de la IAAF	64
Ilustración 2.- Ventanas de Desarrollo Sensible en jóvenes atletas-niñas	66
Ilustración 3.- Ventanas de Desarrollo Sensible en jóvenes atletas-niñas	67
Ilustración 4.- Fases Sensibles de las distintas habilidades de niños de entre 6 y 15 años de edad (Martin 1982	69
Ilustración 5.- Evento 1: Relevos de velocidad/ vallas	71
Ilustración 6.- Evento 2: Fórmula uno	73
Ilustración 7.- Evento 3: Salto en sentadillas hacia adelante	75
Ilustración 8.- Evento 4: Rebotes cruzados.....	77
Ilustración 9.- Evento 5: Lanzamiento de la jabalina para niños	79
Ilustración 10.- Evento 6: Lanzamiento arrodillado	81

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo A.- Formato Guía de Observación	94
Anexo B.- Formato de la Encuesta	95
Anexo C.- Formato de la Entrevista.....	97
Anexo D.-Capacitación de Atletismo	98
Anexo E.- Capacitación de Mini atletismo a los Entrenadores.....	99
Anexo F.- Entrenamiento de Atletismo Tradicional	100
Anexo G.- Entrenamiento de Mini atletismo	101
Anexo H.- Entrenadores y escuelas participantes de la Capacitación de Mini atletismo.	102
Anexo I.- Fichas para el evento	104



UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
ESCUELA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

Tema:

“PLAN DE CAPACITACIÓN EN MINIATLETISMO PARA LOS ENTRENADORES DE LA FEDERACIÓN DEPORTIVA DE LA PROVINCIA DE SANTA ELENA, AÑO 2013”

Tutora: Lic. Katherine Aguilar Morocho MsC.

Autor: Liliana Gabriela Baque Catuto

Email: l_gabita25@hotmail.com

RESUMEN

El Mini atletismo se manifiesta como un modelo diferencial en el cual se ajusta la práctica física y deportiva de los niños, realizando una integración de los mismos, conllevando al trabajo en equipo y la formación de valores; haciendo de su práctica un hecho global o multidisciplinario que a la vez sea divertido y que llene sus expectativas para motivarlos a ser atletas exitosos. Esta Investigación permitirá capacitar a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena (FEDESE) con la finalidad dar a conocer el Mini atletismo, para que sea utilizado como un modelo de iniciación deportiva diferente al que se ha venido desarrollando en los últimos años; el cual hace que los niños deserten ya sea por cansancio físico o por lesiones a causa de una mala práctica deportiva. El enfoque investigativo de esta tesis se basa en la investigación de campo, se utilizaron los métodos histórico-lógico para conocer los antecedentes de sus inicios; el analítico-sintético para analizar las fuentes y sintetizar criterios que servirán para este trabajo; las técnicas utilizadas fueron la encuesta, la entrevista y la guía de observación. Es por esto la importancia de una capacitación donde se profundicen diferentes aspectos didácticos y metodológicos con criterios dirigidos a niños y a su vez provocar un cambio en la concepción del atletismo destinado a los mencionados sin exagerar ni exigir más allá de sus capacidades.

Palabras Clave: entrenadores, iniciación deportiva, mini atletismo, multidisciplinario.

INTRODUCCIÓN

El Atletismo es, sin duda, un elemento excelente para este tipo de interacciones dado a la gran cantidad y variabilidad de eventos que presenta.

En la vida deportiva de los niños, la introducción temprana a las actividades atléticas de pista y campo proporcionan un excelente medio de desarrollo multilateral en los futuros atletas. Pero si se desea que este tipo de actividades sean atractivas y motivadoras para la participación de niños, deben organizarse programas estructurados que contemplen ciertos requerimientos, tratándose de niños, que cumplan con estos requisitos.

Uno de los problemas más grandes que afronta el atletismo no solo nacional sino internacional es el alto grado de deserción que se manifiesta en el comienzo de las categorías superiores y mucho tiene que ver en esto la falta de programas especiales como antes se mencionó y el enfoque competitivo – selectivo que se le da a las competencias.

Normalmente se acostumbra a que los niños compitan en todas las disciplinas como una versión en miniatura de los programas para adultos, produciendo especialización prematura y el llamado “campeonísimo”, donde solo uno gana (por lo general repetidas veces), causas suficientemente comprobadas en la deserción a la que se hace mención.

Si a esto se le agrega que la “medalla” se convierte muchas veces en un aliciente motivacional muy fuerte para el atleta; significándole ser mejor, además de la posibilidad de avanzar a un nivel superior, para el entrenador, la garantía de una evaluación profesional positiva.

Los riesgos de violar los rasgos y principios particulares de cada etapa de preparación en el entrenamiento infantil son muy altos. Lo mencionado pone en evidencia la necesidad de confeccionar una capacitación para los entrenadores de

la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena y a su vez un nuevo tipo de programa para niños, teniendo en cuenta además necesidades particulares de la provincia a causa de la poca oferta de variables que brindan las instituciones (fútbol y básquet casi con exclusividad), la gran cantidad de población infantil que queda “afuera” tempranamente por el carácter competitivo de las disciplinas de equipo y las cuestiones económicas (no todos pueden acceder a la institución que desean).

En resumen, esta nueva propuesta que ofrece la IAAF presenta al atletismo de pista y campo como una nueva experiencia de equipos, con demandas físicas para cada prueba no demasiado elevadas que permitan al niño participar desde los inicios del movimiento rudimentario hasta las etapas motoras más avanzadas, con actividades fáciles de dominar y rápidas de realizar en un clima de espontaneidad y diversión.

Este trabajo de investigación está elaborado por capítulos descritos brevemente a continuación.

Capítulo I.- Está relacionado con el planteamiento del problema, el objetivos, las variables su justificación e importancia.

Capítulo II.- Aquí se podrá consultar todo lo referente al marco teórico, fundamentaciones, hipótesis, variables.

Capítulo III.- Se explica la metodología que se utilizó en la investigación, así como también la muestra, los resultados de las encuestas con los respectivos gráficos y tablas y por último las conclusiones y recomendaciones

Capítulo IV.- Se detalla la propuesta del tema de investigación que en este caso es Plan de Capacitación en Mini atletismo para entrenadores de la Federación Deportiva Provincial de Santa Elena, año 2013.

Capítulo V.- Se describen los recursos que se utilizaron para la realización de la investigación, los recursos humanos, materiales y financieros.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1. Tema

“PLAN DE CAPACITACIÓN EN MINIATLETISMO PARA LOS ENTRENADORES DE LA FEDERACIÓN DEPORTIVA DE LA PROVINCIA DE SANTA ELENA, AÑO 2013”

1.2.- Planteamiento del problema

A nivel Internacional en el año 2001, la Federación Internacional de Atletismo (IAAF) tomó la iniciativa y desarrolló un concepto de evento para niños que denomina desde entonces “ATLETISMO PARA NIÑOS – IAAF”. Luego, en 2005, la IAAF creó una política de atletismo global para Jóvenes de 7 a 12 años de edad. (Gozzoli, Locatelli, Massin, & Wangemann, 2002)

En Argentina acompaña la Confederación Argentina de Atletismo (CADA) en el 2007 realizan un programa mundial de desarrollo que se implementa en 28 zonas pertenecientes a distintas Provincias de Argentina, entre el 4 de agosto y el 2 de noviembre de este año incluye a Mar del Plata.

En septiembre y octubre del 2009 en la Federación Atlética de Chile “FEDACHI”, se desarrolla un estudio diagnóstico del atletismo en el ámbito infantil y de menores. Actualmente hay un esfuerzo digno de resaltar en la “FEDACHI” para

implementar el Mini atletismo en algunos colegios municipalizados, como inicio de una posible generalización al paso de los años.

En el Ecuador se realizó un seminario en la “FEDERACIÓN DEPORTIVA DEL ECUADOR (FEDENADOR)” en Agosto del 2012 donde se plantea el uso del Mini atletismo a nivel escolar.

El Mini atletismo es el desarrollo multilateral del niño por medio de la parte lúdica provocando excitación e iniciación del atletismo mediante juegos pre establecidos, teniendo en cuenta una organización innovadora, que permitirá al niño descubrir actividades básicas como correr saltar y lanzar, en un lugar tal como un patio, gimnasio, estadio o cualquier lugar disponible que esté al alcance, tomando en consideración que no necesita de una pista atlética para llevarlo a efecto.

Este tema nace de la no existencia de un programa que permita trabajar un plan para capacitar a los entrenadores que laboran en la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena, por lo que se han venido dando diversos errores al momento de entrenar a los niños catalogándolos en los distintos escenarios deportivos como un posible Deportista.

Se debe tomar en cuenta la progresión del talento deportivo ya que por sus condiciones naturales se comenzó a tratar como un adulto en sus múltiples tareas de enseñanza deportiva, logrando con esto al pasar los años un deportista cansado y fatigado por la rutina que vive durante su formación deportiva. Los juegos de atletismo les proporcionarán a los niños la oportunidad de lograr el máximo

beneficio de la práctica del Atletismo, en términos de salud, educación y autorrealización.

1.3.- Contextualización

Para llevar a cabo la propuesta de un “PLAN DE CAPACITACIÓN EN MINIATLETISMO PARA LOS ENTRENADORES DE LA FEDERACIÓN DEPORTIVA DE LA PROVINCIA DE SANTA ELENA, AÑO 2013”, se consideró varias investigaciones hechas en otros países como Argentina, Chile y teniendo de referencia a la Federación Internacional de Atletismo (IAAF), donde se impulsa a realizar un atletismo divertido, multilateral, brindando experiencias de éxitos, donde el campo y la población es fundamental para la recopilación de datos investigativos.

La Federación Deportiva de Santa Elena cuenta con 39 entrenadores.

1.4.- Análisis Crítico

La IAAF reconoce la problemática del atletismo promocional y propone una visión de cambio a través de la puesta en marcha de un programa orientado a niños de 7 a 12 años, ya que con esta propuesta de capacitación a los entrenadores se profundizará los aspectos didácticos con criterios propios orientados al atletismo infantil y no maximizando la exigencia de ejecución personal que lejos de provocar una imagen positiva y satisfactoria en los futuros docentes, actúa negativamente en el proceso de aprendizaje en los mismos. Así los niños se sientan atraídos al desarrollo de un programa de Miniatletismo elevando su

ímpetu, su esfuerzo por seguir al objetivo de sentirse bien interior y exteriormente mejorando su autoestima y su desarrollo psicomotriz.

1.5.- Prognosis

La presente propuesta va encaminada a realizar una capacitación para proporcionar a los entrenadores herramientas que permitirán a los niños acceder a esta novedosa, divertidos y sencilla herramienta denominada Mini atletismo.

El Mini atletismo, es un programa de atletismo para niños creado de acuerdo a las necesidades de cada uno y con la finalidad de que un mayor número de niños lo practiquen y conozcan al mismo tiempo.

El Mini atletismo les permitirá la práctica actividades básicas como carreras, saltos y lanzamientos las cuales serán la base de la actividad física en los niños, siendo esta accesible para todos, sin la necesidad de contar con una pista atlética, porque lo único que necesitará es la predisposición de trabajar y en cualquier espacio disponible. Además de que los materiales a utilizar serán creados por ellos mismos y con materiales reciclables.

1.6.- Formulación del problema

¿Cuál es la influencia de un plan de capacitación en Mini atletismo para los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena?

1.7.- Delimitación del objeto de investigación

Propuesta: “Plan de capacitación en Mini atletismo para los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena, año 2013”.

Campo: Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Área: Educativa - Deportiva

Aspecto: Socio-educativo

Tema: Plan de capacitación en Miniátmletismo para los entrenadores

Problema: ¿Cuál es la influencia de un plan de capacitación en Miniátmletismo de los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena?

Delimitación Temporal: La investigación se realizará durante el Primer semestre del año 2013

Delimitación Poblacional: 39 entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Delimitación Espacial: Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Delimitación Contextual: El objeto de estudio se construirá dentro del ámbito de los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

1.8.- Justificación e Importancia

Esta investigación pertenece a la línea de investigación de Entrenamiento Deportivo, en su componente en la iniciación deportiva orientada hacia la competición y la enseñanza deportiva.

El Miniatlético se conforma como una actividad complementaria en la educación de los niños, que persigue la formación de sus participantes, teniendo en el atletismo el deporte de referencia. Además, se constituye como un modelo de iniciación deportiva diferente al deporte tradicional, elitista, centrado en el rendimiento y orientado hacia la especialización.

Este deporte se manifiesta como un modelo deportivo orientado a los fines que persigue la Educación Física actual, ajustando la práctica física y deportiva a los niños, no restringiendo su participación, ni en relación a las modalidades deportivas que lo componen, ni a cuestiones de discriminación de género, condición social o nivel de habilidad motriz, y por tanto, haciendo de su práctica un hecho global o multidisciplinario.(Fernández Gil, 2002)

En función a todos los beneficios que presenta la realización de este proyecto en diferentes países e incluso en Ecuador, es que presenté este plan de capacitación en la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena en busca de que los entrenadores de la cambien la mentalidad al momento de entrenar a los niños y enmarcar esta disciplina como una práctica física adecuada a sus capacidades, necesidades e intereses; más libre, abierta y lúdica, para propiciar así el fomento de actitudes no discriminatorias, solidarias y cooperativas.

1.9.-Objetivos

1.9.1.-Objetivo General

Proponer un plan de capacitación en Mini atletismo a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena con la finalidad de aportar al mejoramiento del trabajo realizado en los entrenamientos.

1.9.2.-Objetivos Específicos

- Mejorar las competencias de los entrenadores con la finalidad de obtener mejores resultados en la búsqueda de deportistas.
- Desarrollar un plan de Mini atletismo para entrenadores que permita incentivar a los niños a la práctica deportiva.
- Incluir el Mini atletismo en los entrenamientos para motivar a los niños a la práctica de una actividad adaptada e instructiva desarrollando todas las habilidades físicas armoniosamente.
- Incrementar a través del Mini atletismo las habilidades psicomotrices en los niños para que participen exitosamente en las actividades deportivas.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1.-Investigaciones Previas

Para realizar este programa se tomó como referencia los estudios realizados en los países como Chile, Argentina, Alemania donde la Federación Internacional de Atletismo (IAAF), incursiona el proyecto de Mini atletismo.

Después de numerosas iniciativas de investigación y estudios sobre la actual situación, el desafío de la IAAF ha sido formular un nuevo concepto de Atletismo excepcionalmente adaptado para las necesidades de desarrollo de los niños, ha quedado en evidencia la urgente necesidad de desarrollar un nuevo tipo de programa para niños.

Cualquier propuesta en esta misma dirección constantemente debe tener en cuenta (organización de eventos, etc.) los siguientes requisitos:

- Ofrecer a los niños un Atletismo atractivo
- Ofrecer a los niños un Atletismo accesible
- Ofrecer a los niños un Atletismo instructivo

Además de estos requisitos, el Proyecto de la IAAF debe satisfacer las demandas de los organizadores de eventos, es decir, asegurar la sistemática viabilidad de las formas de competencias ofrecidas. Se denomina desde el 2001 “ATLETISMO PARA NIÑOS - IAAF”, Luego, en 2005, se crea una política de atletismo global para Jóvenes de 7 a 12 años de edad.

Esta política persigue dos objetivos:

- Hacer del Atletismo el evento individual de mayor práctica en las escuelas de todo el mundo.
- Permitirle a todos los niños, pertenecientes a federaciones o no, prepararse para su futuro en el Atletismo de la manera más eficiente.

Este enfoque depende de competencias apropiadas para todas las categorías y las instituciones que implementen este programa. Estas competencias son las estructuras organizativas para la práctica del Atletismo por parte de los niños, para el entrenamiento del mismo, la formación de entrenadores, jueces, entre otras. (Gozzoli, Locatelli, Massin, & Wangemann, 2002)

En lo que se refiere a capacitaciones se han realizando en diferentes países como: Chile, Argentina, Bolivia e incluso en Ecuador, en las ciudades de Guayaquil y Cuenca, las mismas que persiguen el objetivo de intercambiar conocimientos e informar a los diferentes entrenadores y profesores del área de Educación Física, en qué consiste el Miniatletismo facilitándoles las herramientas para mostrar a los niños un atletismo más divertido y a su vez posibilitar el desarrollo adecuado de los futuros atletas, pudiendo adaptar a las diferentes edades y atendiendo las necesidades de cada niño.

Así como también la convivencia de padres e hijos para fomentar valores como la cooperación, compañerismo, socialización, todos los valores formativos para que el niño lo vaya identificando.

2.2.- Fundamentación filosófica

“El Atletismo, deporte natural por excelencia constituye por sí mismo la base de los demás deportes, porque de él todos los demás deportes se fundamentan para su desarrollo y perfeccionamiento. El Atletismo surge con el hombre mismo desde el momento justo de su nacimiento, el gatear, el ponerse de pie, caminar, correr y lanzar, son consideradas las acciones básicas del movimiento del hombre, acciones que a través del tiempo se han ido perfeccionando y combinado hasta el surgimiento de las diferentes modalidades atléticas”. (Jaramillo Rodriguez, 2004)

2.3.- Categorías Fundamentales

2.3.1.- El Miniatletismo

El Miniatletismo es un conjunto de actividades y juegos que se realizan dentro de un contexto de equipo y que hace posible la participación de todos los niños, aún con distintas condiciones naturales, en la totalidad de las propuestas presentadas.

Los movimientos atléticos básicos tales como carreras, saltos y lanzamientos son presentados en forma de juego, con demandas físicas sin grados de dificultad, que permiten que todos puedan realizar los distintos eventos.

Los encuentros de Miniatletismo con las demás Escuelas de la provincia proponen la formación de equipos integrados por distintas delegaciones con la consigna de competencia en equipos, dentro de un área restringida y utilizando un tiempo calculable, fomentando de esta manera la amistad, compañerismo y espíritu

competitivo sano. (Rubio, Club Rafaelino de Atletismo y Servicios Sociales y Deportivos Cras, 2008)

2.3.2.- Características del Miniatletismo

- Permite el acercamiento de un mayor número de niños a la práctica deportiva, haciéndola llevadera, variada y entretenida.
- Forma bases sólidas para los futuros proyectos atléticos ya que las actividades proveen una gran variedad de movimientos básicos para el desarrollo multilateral, fundamental en esta etapa del atleta.
- Equipara el protagonismo de los chicos más fuertes y veloces con el resto de los participantes al proponer la formación de equipos donde todos deban aportar para un buen resultado.
- Establece premios basados en la participación y no en campeonismo.
- Logra una motivación duradera al presentar la actividad desde este enfoque para permitir menor porcentaje de deserción.
- Promueve la salud de la población infantil acompañada de la práctica deportiva, creando hábitos, modos y costumbres de vida de la mano del deporte.
- Puede obtener datos estadísticos de distintos parámetros (peso, talla, velocidad, resistencia, entre otros.) para evaluar el crecimiento de la población infantil en particular.
- Fomenta la interacción social gracias al intercambio de experiencias en los eventos concretados con otras escuelas de la Provincia.

2.3.3.- Cómo se lleva a efecto el Miniatletismo

El Miniatletismo, una forma diferente de iniciación deportiva acostumbrados a un modelo deportivo infantil basado en el adulto, en el que las normas de práctica no vienen más que a copiarse del deporte estrictamente institucionalizado y reglamentado, el Miniatletismo pretende acercarse a sus nóveles practicantes, niños y niñas de entre 7 y 12 años, mediante una simplificación de todas y cada una de las pruebas que componen el atletismo, haciendo de este mini deporte una práctica física adecuada a sus capacidades, necesidades e intereses; más libre, abierta y lúdica, para propiciar así el fomento de actitudes no discriminatorias, solidarias y cooperativas.

2.3.4.- Ubicación y Duración

Los requerimientos de espacio para la ubicación del “ATLETISMO PARA NIÑOS - IAAF” son simples. Sólo se necesita un área llana (por ejemplo, césped, terreno limpio, cancha de cenizas o asfalto – 60m x 40m). El evento se desarrolla dentro de un tiempo límite y una estructura específica. Concretamente, la competencia Atletismo para Niños (9 equipos con 10 miembros cada uno) puede completarse en alrededor de dos horas, incluido el procesamiento de resultados.

En el marco de este gran evento se pueden realizar otros más cortos con la combinación de 6 equipos y 7 eventos (3 Carreras, 2 Saltos y 2 Lanzamientos). En este caso, el evento completo no puede durar más de 1h 15m, con la premiación incluida. (Gozzoli, Locatelli, Massin, & Wangemann, 2002)

2.3.5.-Edades y distribución de los grupos de edades que practican Miniatletismo

La IAAF reconoce la problemática del atletismo promocional y propone una visión de cambio a través de la puesta en marcha de un programa orientado a niños de 7 a 12 años.

El Miniatletismo se lleva a cabo en tres grupos de edades:

Grupo I: Niños de edades de 7 y 8 años.

Grupo II: Niños de edades de 9 y 10 años.

Grupo III: Niños de edades de 11 y 12 años.

Todos los eventos para los Grupos de edades I y II se desarrollan como eventos de equipos.

Para el Grupo de edades III, todos los eventos se pueden desarrollar como eventos de relevos individuales, en los cuales, los grupos que compiten están compuestos de dos mitades de un equipo. Para lograr la movilización de la configuración de equipo a la individual, de la Competencia de Jóvenes, se forman grupos de dos equipos de varios miembros para competir. La organización de este cambio significativo es simple, todos los niños deben competir varias veces en cada uno de los grupos de eventos.

El evento se organiza de acuerdo a un principio de rotación, de tal forma que los equipos se turnen en cada estación. Para cada estación, cada miembro de un equipo tiene 1 minuto para competir (10 niños = 10 minutos). Luego de la realización de las distintas disciplinas de los grupos de eventos (velocidad/carreras/vallas, lanzamientos/impulsos y saltos) todos los equipos

participan del evento de Resistencia al final.(Gozzoli, Locatelli, Massin, & Wangemann, 2002)

2.3.6.- Propuestas de nuevos eventos para los tres Grupos de edades de 7/8, 9/10 y 11/12.

Estas propuestas para cada categoría son adaptables. Los niños se pueden cambiar a diferentes grupos de eventos (a las categorías de los menores en particular cuando son principiantes), se debe cubrir toda la gama de eventos durante los diferentes encuentros que se ofrecerán a los niños.

Los programas extra de competencia garantizarán que los niños experimenten completamente las variadas formas de los movimientos atléticos y que se beneficien con una formación física integral.

Tabla 1.-Propuesta de los eventos para los grupos de edades

GRUPOS de EDADES	I	II	III
EDAD (en años)	7-8	9-10	11-12
<i>Eventos de Velocidad / Carreras</i>			
Relevos de velocidad/Vallas	X	X	
"Formula en Curvas": Veloc./Vallas			X
"Formula en Curvas": Relevos de Velocidad			X
Carrera de Velocidad en slalom		X	X
Vallas			X
"Fórmula en Curvas": Veloc./Vallas	X	X	
Carrera de Resistencia de 8'	X	X	
Carrera de Resistencia Progresiva		X	X
Carrera de Resistencia de 1000m			X
<i>Eventos de Saltos</i>			
Salto en Largo con Garrocha		X	X
Salto en Largo con Garrocha sobre Arena			X
Salto a la Cuerda	X		
Salto Triple con Corta Aproximación			X
Salto en Sentadillas hacia Adelante	X	X	
Rebotes Cruzados	X	X	X
Salto en Largo con Corta Aproximación			X
Carrera en Escaleras	X	X	
Salto Triple en un área limitada	X	X	X
Salto en Largo Riguroso		X	X
<i>Eventos de Lanzamientos</i>			
Lanzamiento al Blanco	X	X	
Lanzamiento de la Jabalina para Jóvenes.			X
Lanzamiento de la Jabalina para Niños.	X	X	X
Lanzamiento Arrodillado	X	X	X
Lanzamiento del Disco para Jóvenes			X
Lanzamiento Hacia Atrás		X	X
Lanzamiento Rotacional		X	X
Total de eventos recomendados	8	9	10

Fuente: Guía de Mini atletismo- I.A.A.F (Federación Internacional de Atletismo)

Autor: Liliana Baque Catuto.

2.3.7.- Aspectos cognitivos, motrices, afectivos y sociales de los niños hasta los 12 años.

2.3.7.1.- Aspectos Cognitivos

Es necesario diferenciar dos perspectivas a la hora de describir y caracterizar el desarrollo del pensamiento de los niños de la etapa de Primaria: la perspectiva de la Escuela de Ginebra con Piaget a la cabeza y los avances realizados en los últimos años desde la perspectiva del procesamiento de la Información.

- **La perspectiva de Piaget:** La Inteligencia Operatoria- Piaget describe los cambios que tienen lugar en el pensamiento y en el razonamiento del niño a lo largo de cuatro etapas por las que va pasando el desarrollo intelectual. En cada una se modifican la forma de explorar el mundo, la comprensión del mismo, la capacidad de representación, la lógica y las formas de razonamiento.

Cada uno de los periodos está relacionado con una edad pero las edades que los delimitan y el dominio de los esquemas, físicos y mentales, propios de cada uno de ellos, dependerán también del medio en el que crecen y se desarrollan los niños, la herencia y el ambiente.

- **La perspectiva del procesamiento de la información:** La escolarización juega un papel clave en el desarrollo cognitivo del niño, con lo que supone de familiarización y entrenamiento con tareas intelectuales y de aprendizaje de los conocimientos científicos, enseña a resolver multitud de problemas diferentes, conocimientos y estrategias para resolver problemas.(Escuela Superior de Estudios Aplicados, 2010)

2.3.7.2.- Aspectos Motrices

- **Evolución del desarrollo Corporal y Motriz:** El desarrollo físico y motor está fuertemente marcado por el programa genético heredado, el cual señala ciertos límites entre los que se hallará el producto final, al tiempo que marca un calendario madurativo de la evolución individual.

Entre los seis y los doce años, comienza a disminuir la rapidez de su crecimiento y algunas niñas comienzan a desarrollar entre los 9 y 10 años las características sexuales secundarias, aun cuando no están en la adolescencia. Los niños de esta edad se vuelven más fuertes y rápidos, con un continuo perfeccionamiento de su coordinación y mostrando placer en ejercitar su cuerpo, en probar y aprender nuevas destrezas. Su motricidad, fina y gruesa, en esta edad muestra todas las habilidades posibles, aunque algunas de ellas aún son ejecutadas con torpeza.

De 6 a 8 años, se encuentra en la fase que Vayer denomina “periodo de transición”. En él aparecen los siguientes progresos:

- ✓ Forma su propia imagen corporal a través de la interacción yo/mundo de los objetos/ mundo de los demás.
- ✓ Desarrolla las posibilidades de control postural y respiratorio
- ✓ Consigue una independencia de los segmentos corporales
- ✓ Llega a una afirmación de la lateralidad
- ✓ Organiza y estructura el espacio y el tiempo
- ✓ Adquiere una independencia brazo-mano y una coordinación y precisión óculo-manual, fundamental para los aprendizajes de lecto-escritura.

A la edad de 8-10 años, cuando el niño se encuentra en el segundo ciclo, presenta las siguientes características:

- ✓ En el alumno, morfológicamente, se produce una evolución.
- ✓ Alrededor de los nueve años se alcanza la madurez nerviosa. Los movimientos son más armónicos, precisos y seguros (progreso en el control motor grueso y fino).
- ✓ El desarrollo cardiovascular se encuentra en plena evolución, lo que debe ser tenido en cuenta para el cuidado de los ejercicios físicos de intensidad (taquicardias).
- ✓ El alumno/a de estas edades alcanza un grado de equilibrio que le permite estructurar el espacio y el tiempo, realizar lanzamientos con precisión, saltos eficaces, el control motor grueso y la resistencia en esfuerzo de larga duración.

En el tercer ciclo, de 10-12 años, algunos alumnos consolidarán el equilibrio motor alcanzado y otros comenzarán los procesos característicos de la adolescencia (cambios morfológicos). El crecimiento, el aumento de musculatura, el redondeamiento de la figura, los primeros signos de vello... todo esto hace que nos encontremos en la entrada de un cierto desequilibrio que requerirá la formación de una nueva imagen corporal. El papel de la Educación Física planteada desde unas bases de conceptualización, adquisición de procedimientos y actitudes será fundamental. (Escuela Superior de Estudios Aplicados, 2010)

2.3.9.3.- Aspectos Afectivos

El estudio socio-afectivo es complejo por las múltiples conexiones que tiene con otros desarrollos, pues la respuesta socio-afectiva se vincula con las relaciones interpersonales, con los problemas derivados del desarrollo sexual, con los rasgos de personalidad, con los procesos cognitivos...

Las características más destacadas de la afectividad del niño se pueden concretar así:

- ✓ Al niño le afectan mucho los menores acontecimientos, que le producen cambios de ánimo súbitos (pasa repentinamente de la risa al llanto y viceversa).
- ✓ Los estados afectivos del pequeño, sobre todo los emocionales, son más intensos que los del adulto. El niño gasta casi toda su energía en expresiones de alegría y de dolor.
- ✓ Los estados de placer y de dolor son intensos, pero rápidos, el niño olvida pronto la causa que provocó tal emoción.
- ✓ Los estados afectivos son menos ricos, menos profundos, menos matizados que en el adulto; sólo queda afectado por acontecimientos presentes.
- ✓ La vida afectiva infantil predomina sobre los procesos de razonamiento. Con la aparición del pensamiento lógico y de la función inhibitoria de la voluntad, la afectividad infantil va siendo cada vez menos acusada.

- ✓ Las emociones infantiles, mientras duran, ocupan toda la escena psíquica y no dejan lugar a otros elementos, muchas veces superan la causa que las ha provocado.

Se plantea el desarrollo de la personalidad como una constante a lo largo de la vida. Esta evolución atraviesa ocho fases, cada una de las cuales tiene que desarrollar una tarea específica. La madurez socio-afectiva que la persona va adquiriendo se mide por un continuo: habrá mayor madurez cuanto mayor sea la aproximación al polo positivo de ese continuo. Para este autor, esas ocho fases son etapas psicosociales, puesto que se desarrollan en un contexto social. En cada una de ellas, el ser humano debe superar una serie de crisis. Si las supera de una forma adecuada, tendrá capacidad para superar las crisis de etapas posteriores y su desarrollo será el adecuado. De lo contrario, los problemas y fracasos siempre repercutirán negativamente. (Erikson, 1968)

De acuerdo a esta teoría de Erikson, la crisis que corresponde a la etapa de 6 a 12 años se denomina: sentido de aplicación frente al sentido de inferioridad, e implica el logro del sentimiento de la competencia. En las tareas a las que el niño se enfrenta, el esfuerzo debe estar dirigido a la productividad y el mayor riesgo es que se perciba como incapaz o que experimente el fracaso en forma sistemática, apareciendo con ello el sentimiento de inferioridad, que se irá consolidando como eje central de su personalidad.

Este período es tranquilo y de grandes logros en la vida del niño. La mayor parte de la energía del niño está volcada hacia el mejoramiento de sí mismo y a la

conquista del mundo. Hay una búsqueda constante de nuevos conocimientos y destrezas que le permitirán moverse en el futuro en el mundo de los adultos.

Adquiridos ya los primeros hábitos de la vida social, el niño llegará a:

- ✓ Consolidar su identidad; adquirir conciencia de sus capacidades y limitaciones
- ✓ Percibir su situación en el mundo social
- ✓ Aceptar las normas, pues el niño desea agradar
- ✓ Adoptar comportamientos cooperativos, saliendo del egocentrismo
- ✓ Evolucionar desde posiciones de heteronomía moral (normas impuestas) a posiciones de autonomía y acuerdo
- ✓ Desarrollar actitudes de participación, respeto recíproco y tolerancia
- ✓ Convivir en grupo, creando lazos de amistad muy deseables.

Los hitos centrales de esta etapa son: el desarrollo del auto-concepto y la autoestima del niño.

El auto-concepto es el sentido de sí mismo; se basa en el conocimiento de lo que hemos sido y lo que hemos hecho y tiene por objetivo guiarnos y decidir lo que seremos y haremos. A los 6-7 años comienza a desarrollarse los conceptos del yo verdadero (quién soy) y del yo ideal (quien me gustaría ser). Esta estructura va integrando las exigencias y expectativas sociales, valores y patrones de conducta.

La autoestima es la imagen y el valor que se da el niño a sí mismo. Es una dimensión afectiva y se construye a través de la comparación de la percepción de sí mismo y del yo ideal, juzgando en qué medida se es capaz de alcanzar los

estándares y expectativas sociales. La autoestima se basa en el grado en que el niño se siente amado y aceptado por aquéllos que son importantes para él, en la capacidad para desempeñar tareas que consideremos importantes, en la consecución de los niveles morales y éticos y en el grado en que el niño influye en su vida y en la de los demás. La opinión que el niño escuche acerca de sí mismo va a tener una enorme trascendencia en la construcción que él haga de su propia imagen.

Una imagen positiva puede ser la clave del éxito y la felicidad durante la vida. (Escuela Superior de Estudios Aplicados, 2010)

2.3.9.4.-Aspectos Sociales

La etapa escolar también está marcada en el área social por un cambio importante, en este periodo existe un gran aumento de las relaciones interpersonales del niño: los grupos de edad se caracterizan por ser del mismo sexo. Entre los escolares pequeños (6 y 7 años), hay mayor énfasis en la cooperación mutua, lo que implica dar y tomar, pero que todavía está al servicio de intereses propios (nos hacemos favores). En los escolares mayores (8 y 10 años), la amistad se caracteriza por relaciones más íntimas, mutuamente compartidas, en las que hay una relación de compromiso, y que en ocasiones se vuelven posesivas y demandan exclusividad.

Dentro del ámbito social es muy importante la influencia de la familia sobre el desarrollo de los niños. A pesar de que la escolarización obligatoria supone una ampliación considerable de las relaciones sociales externas al hogar, la familia continúa ejerciendo una influencia enorme sobre el niño. Los padres siguen

ejerciendo influencia en la autoestima, dependencia, motivación de logro, agresividad, etc. Un elemento del sistema familiar que suele resultar esencial en el desarrollo socio afectivo es el estilo de crianza o comportamiento parental. (Escuela Superior de Estudios Aplicados, 2010)

2.4.- Fundamentación Pedagógica

A menudo, la competencia de los niños en este deporte se asemeja a una versión en miniatura del programa de adultos. La tendencia a estandarizar las condiciones de los eventos en el contexto del atletismo para adultos, con frecuencia ha causado algunos inconvenientes que alejan a los participantes de la práctica sistemática del atletismo. Las posibles causas de éste “abandono” las encontramos en la limitación en la participación, selectividad en las instancias competitivas, individualismo, falta de motivación, uno gana los otros no, problemática ya descrita.

Esto debe alertar que cuando se deja a un niño fuera de una competencia en forma reiterada porque “no clasificó” a una instancia superior (semifinal o final), posiblemente se estará dejando, desde un punto de vista del rendimiento, sin posibilidad de continuar con la actividad a un potencial deportista de mejores resultados (cuando incrementa su crecimiento y maduración), y lo que es más importante se limitará la participación de un niño para la práctica del deporte que tanto quiere, el atletismo. Es necesario pues provocar un cambio en la concepción del atletismo destinado a niños pues como se dijo no resulta ni atractivo, ni eficaz,

ni beneficioso, trasladar lo que es el atletismo formal de los adultos al trabajo con niños.

Por lo tanto, es de sustancial importancia profundizar los aspectos didácticos con criterios propios orientados al atletismo infantil y no maximizar la exigencia de ejecución personal que lejos de provocar una imagen positiva y satisfactoria en los futuros docentes, actúa negativamente en el proceso de aprendizaje en los mismos. (Rubio, www.google.com, 2005)

2.5.- Fundamentación Legal

2.5.1.- Constitución de la República del Ecuador

Art. 381.- El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

El Estado garantizará los recursos y la infraestructura necesaria para estas actividades. Los recursos se sujetarán al control estatal, rendición de cuentas y deberán distribuirse de forma equitativa. (Constitución de la República del Ecuador, 2008)

2.5.2.- Plan Nacional del Buen Vivir

2.5.2.1.- Generar procesos de capacitación y formación continua para la vida, con enfoque de género, generacional e intercultural articulados a los objetivos del Buen Vivir.

- a) Diseñar y aplicar procesos de formación profesional y capacitación continua que consideren las necesidades de la población y las especificidades de los territorios.
- b) Promover el acceso de mujeres diversas, grupos de atención prioritaria, pueblos y nacionalidades a procesos de formación y capacitación continua, fomentando la culminación de los niveles de instrucción.
- c) Fortalecer y crear mecanismos de crédito que faciliten los procesos de formación y capacitación continua.
- d) Capacitar a la población en el uso de nuevas tecnologías de información y comunicación.(Plan Nacional del buen vivir, 2009-2013)

2.5.3.- Ley del Deporte

DEL DEPORTE FORMATIVO

Art. 26.- Deporte formativo- El deporte formativo comprenderá las actividades que desarrollen las organizaciones deportivas legalmente constituidas y reconocidas en los ámbitos de la búsqueda y selección de talentos, iniciación deportiva, enseñanza y desarrollo.

Art. 27.- Estructura del deporte formativo.- Conforman el deporte formativo las organizaciones deportivas que se enlistan a continuación, más las que se crearen conforme a la Constitución de la República y normas legales vigentes:

- a) Clubes Deportivos Especializados Formativos;
- b) Ligas Deportivas Cantonales;
- c) Asociaciones Deportivas Provinciales;

- d) Federaciones Deportivas Provinciales;
- e) Federación Deportiva Nacional del Ecuador (FEDENADOR); y,
- f) Federación Ecuatoriana de Deporte Adaptado y/o Paralímpico.

DE LAS FEDERACIONES DEPORTIVAS PROVINCIALES

Art. 41.- Deberes.- Son deberes de la FEDENADOR los siguientes:

- a) Asesorar y capacitar a los departamentos técnico – metodológicos de las Federaciones Deportivas Provinciales en lo referente a la teoría y metodología del entrenamiento deportivo de acuerdo a la reglamentación técnica dictada por el Ministerio Sectorial;
- b) Ingresar y mantener actualizado el registro nacional estadístico de los organismos deportivos vinculados al deporte formativo y demás datos pertenecientes a su función, debiendo alimentar periódicamente dicha información al Ministerio Sectorial y al sistema nacional de información deportiva;
- c) Cooperar con las Federaciones Deportivas Provinciales, la constitución y desarrollo armónico de las escuelas de iniciación deportiva (para talentos deportivos) para garantizar el desarrollo sostenido del deporte ecuatoriano; y,
- d) Las demás establecidas en esta Ley y normas aplicables.(Ley del Deporte, Educación Física y Recreación, 2010)

2.6.-Hipótesis

“La propuesta de un plan de Capacitación en Miniatletismo influye positivamente en los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena”

2.7.-Variables de investigación

2.7.1.- Variable independiente:

Plan de Capacitación

2.7.2.- Variable Dependiente:

Miniatletismo

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1.- Enfoque investigativo

Para toda investigación es de importancia que los hechos que establecen los resultados obtenidos o nuevos conocimientos tengan el grado máximo de confiabilidad para ello se plantea una metodología o procedimiento ordenado que se sigue para establecer lo significativo de los hechos y fenómenos hacia los cuales está encaminado el significado de la investigación.

Científicamente la metodología es un procedimiento general para lograr de una manera precisa el objetivo de la investigación de ahí que la metodología en la investigación presenta métodos y técnicas para la investigación.

Según la investigación para este proyecto será factible utilizar dos métodos el histórico-lógico y analítico- sintético y las técnicas de entrevista, encuesta y guía de observación.

El método histórico-lógico será utilizado con la finalidad de los antecedentes de los inicios de Mini atletismo y el analítico-sintético para analizar las fuentes bibliográficas y analizar criterios que servirán para el desarrollo de este trabajo.

La técnica de entrevista, encuesta y guía de observación se emplearán para poder obtener una percepción ordenada, consciente y sistematizada de la investigación a realizarse.

3.2.- Modalidad básica de la investigación

La investigación está orientada de manera predominante por el paradigma cualitativo puesto que se busca obtener una nueva forma de entrenamiento para niños vinculándolo a través de un atletismo más divertido y dinámico que permita una formación adecuada de los futuros atletas.

Con un enfoque contextualizado con los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena desde una perspectiva holística y fundamentados en una concepción de realidad dinámica.

La modalidad básica de investigación será de intervención socio educativo e investigación bibliográfica y documental.

3.3.- Nivel o tipo de investigación

3.3.1.- De Campo

Se utilizó este tipo de investigación ya que se apoya en informaciones que provienen de entrevistas y encuestas, sobre todo de observaciones que se van a realizar en las instalaciones del Estadio “Camilo Gallegos Domínguez” del entrenamiento de Atletismo tradicional que realiza la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena.

3.3.2.- Investigación Descriptiva

Este tipo de investigación se la realizó porque se van a describir todas las acciones que se susciten durante el proceso, las mismas que serán analizadas para darle factibilidad a la investigación

3.4.- Población y muestra

3.4.1.- Población

La constituye, 39 entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena.

3.4.2.- Muestra

Por motivo de que la población es pequeña, se trabajó con el total de la misma.

3.4.3.-Operacionalización de las Variables

Tabla 2.- Variable Independiente: Plan de Capacitación

Definición.	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnicas e Instrumentos
<p>Plan de Capacitación</p> <p>“Un plan de capacitación es la traducción de las expectativas y necesidades de una organización para y en determinado periodo de tiempo”</p>	<p>1. Capacitación Teórica.</p> <p>2. Capacitación Práctica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Charlas • Talleres • Pruebas teóricas • Exposiciones • Elaboración de Instrumentos • Organización de eventos 	<p>¿Qué tipo de capacitaciones se han realizado sobre el Miniatlético en la provincia de Santa Elena?</p> <p>¿Qué materiales se utilizan para la práctica del Miniatlético?</p> <p>¿Cómo se efectúan las eventos deportivos a nivel provincial?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Guía de Observación. • Encuesta • Entrevista • Cuestionarios para la evaluación de los Talleres

Fuente: Plan de Capacitación

Elaborado por: Liliana Baque Catuto.

Tabla3.- Variable Dependiente: Mini atletismo

Definición.	Dimensión	Indicadores.	Ítems.	Técnicas e Instrumentos.
“El Mini atletismo es un conjunto de actividades y juegos que se realizan dentro de un contexto de equipo y que hace posible la participación de todos los niños”	1. Actividades específicas de Mini atletismo	1. Encuentros con Escuelas. 2. Competencia en equipos.	1. ¿Qué actividades se deben de considerar durante los encuentros deportivos en las escuelas? 2. ¿Cómo se deben de ejecutar las competencias en equipos dentro de las escuelas?	Entrevistas dirigida a los docentes
	2. Juegos con enfoque al Mini atletismo	1. Carreras 2. Saltos 3. Lanzamientos	1. ¿Qué tipo de juegos se efectúan en las carreras, saltos y lanzamientos dentro del Mini atletismo?	Entrevista a los docentes

Fuente: Mini atletismo

Elaborado por: Liliana Baque Catuto.

3.5.- Métodos de Investigación Científica

Para llevar a cabo esta investigación, inicialmente se realizó una observación directa y evaluación previa que permitió determinar el trabajo realizado por los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena.

A continuación, con esta recopilación de datos se obtendrá un diagnóstico situacional, dando el punto de partida para trabajar con el plan de capacitación en Mini atletismo, finalmente se aplicará una evaluación que permita sacar conclusiones y recomendaciones, dando la validez al mismo.

3.5.1.- Métodos Teóricos Metodológicos

3.5.1.1.- Histórico-Lógico

La utilización de este método facilitó conocer los antecedentes teóricos, metodológicos de la enseñanza del Mini atletismo en diferentes edades.

3.5.1.2.- Analítico-Sintético

Este método permitió analizar todas las fuentes de información y bibliografía para sintetizar la mayor parte de criterios útiles para realizar la capacitación.

3.5.1.3.- Inductivo-Deductivo

Este método permitió analizar el desarrollo de los niños de diferentes edades para implantar el Sistema de Capacitación.

3.5.1.4.- Modelación

Este método brindó la oportunidad implementar en la provincia el plan de Capacitación de Mini atletismo a los entrenadores de la Federación Deportiva de la

Provincia de Santa Elena, provocando el impacto de un nuevo método de trabajo con los niños, en el medio.

3.6.- Técnicas e instrumentos de la investigación

Para el desarrollo de este proyecto de investigación se utilizarán las siguientes técnicas e instrumentos:

3.6.1.- Guía de observación

Esta técnica permitió observar atentamente el fenómeno, hecho, caso o actividad, observando la socialización, participación e integración de los entrenadores de atletismo de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena al momento de impartir las clases a los niños.

3.6.2.- Encuesta

La aplicación de la encuesta fue realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena los mismos que contestaron un listado de preguntas cerradas previamente elaboradas, que trata la temática que se investiga y que ayudaron a conocer causas y consecuencias de este problema, para luego ser analizadas y elaborar los respectivos cuadros y gráficos estadísticos.

3.6.3.- Entrevista

En este trabajo investigativo se entrevistó al presidente y a los metodólogos de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena para conocer su punto de vista, criterios, opiniones ante la propuesta de este Plan de Capacitación de Miniatletismo y medir su impacto, para de esta manera provocar cambios

oportunos en busca de la calidad de entrenadores y futuros atletas. Además de mencionar la problemática existente en la provincia.

3.6.4.- Métodos estadísticos matemáticos

Se utilizó el Microsoft Excel 2010 para realizar el análisis de las encuestas aplicadas a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena.

3.7.- Plan de recolección de la información

3.7.1.- Guía de Observación.

La guía de observación fue elaborada en la pista atlética del Estadio “Camilo Gallegos Domínguez”, el día lunes 25 de Julio del 2013, aproximadamente a las 15:30 horas de la tarde a un grupo de 20 niños y jóvenes de sexo masculino y femenino. (Formato de la encuesta, ver anexo “A”).

El evento de Mini atletismo fe realizado en las instalaciones de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

3.7.2.-La Encuesta.

Las encuestas fueron realizadas a 39 entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena. (Formato de la encuesta, ver anexo “B”).

3.7.3.- La Entrevista.

Las entrevistas fueron realizadas a directivos y metodólogos de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena. (Formato, ver anexo “C”).

3.8.- Plan de procesamiento de la información.

Para explicar los resultados de las técnicas de investigación se utilizó el método de observación simple el cual permitió interpretar los resultados solamente observando los resultados de los cuadros y gráficos estadísticos.

3.8.1.-Guía de Observación.

La información obtenida fue plasmada en una cámara, en un cuaderno de notas y luego ingresadas a un documento de Microsoft Excel 2010, para así sacar resultados.

3.8.2.- La Encuesta.

La información obtenida de las encuestas fue ingresada, procesada y tabulada informáticamente en un documento de Microsoft Excel 2010, para así sacar resultados.

3.8.3.- La Entrevista.

La información obtenida de las entrevistas fue grabada en un teléfono celular y tabuladas por el autor del presente proyecto.

3.9.- Análisis de interpretación de resultados

3.9.1.- Guía de Observación

La siguiente guía de observación permite determinar la forma en que realizan los entrenamientos de los niños y jóvenes en la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena.

Tabla 4.-Guía de Observación. Entrenamiento de atletismo

ATLETISMO TRADICIONAL	MINIATLETISMO
El Calentamiento	
Se realizan ejercicios con patrones definidos que se encasillan en movimientos generales y específicos determinados para cada disciplina atlética	Es un conjunto de movimientos lúdicos acompañado de dinámicas y juegos que provocan en el niño interés en la práctica deportiva.
Parte Principal	
El trabajo es individual en cada una de las disciplinas y con múltiples repeticiones hasta alcanzar la perfección de la técnica utilizando los implementos oficiales que la IAFF exige para cada competencia.	El trabajo es colectivo o por equipos y en un evento se pueden realizar diversas disciplinas atléticas, sin necesidad de exigir a los niños el perfeccionamiento técnico, además de que se trabaja en función de las capacidades psicomotrices de los mismos y no se necesita de una pista atlética ni de implementos costosos, sino de material reciclable.
Parte Final	
Se realizan ejercicios de vuelta a la calma.	Todos los niños realizan un análisis de sus resultados y todos se sienten ganadores porque contribuyeron al trabajo en equipo.

Fuente: Guía de Observación
Elaborado por: Liliana Baque Catuto.

3.9.1.1.- Conclusión general de la Guía de Observación

La guía de observación permitió diferenciar la práctica de un entrenamiento de atletismo tradicional que conlleva a una práctica rigurosa y monótona que en muchas ocasiones lleva al deportista a abandonar los entrenamientos, provocando cansancio y desgaste; así como lesiones irreversibles a corta edad y un evento de Miniatletismo es dinámico y divertido, es una forma de aprendizaje a largo plazo que se caracteriza por adaptarse a las necesidades de los niños y con los medios que se posee. Incluyéndolos a esta actividad sin diferencia de nivel motriz, social y cultural, fomentando valores además de un aprendizaje que se vincula a las demás áreas.

3.9.2.- Análisis de las preguntas realizadas en la encuesta.

A continuación se detalla las encuestas realizadas a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena.

¿Ha escuchado usted hablar del Mini atletismo?

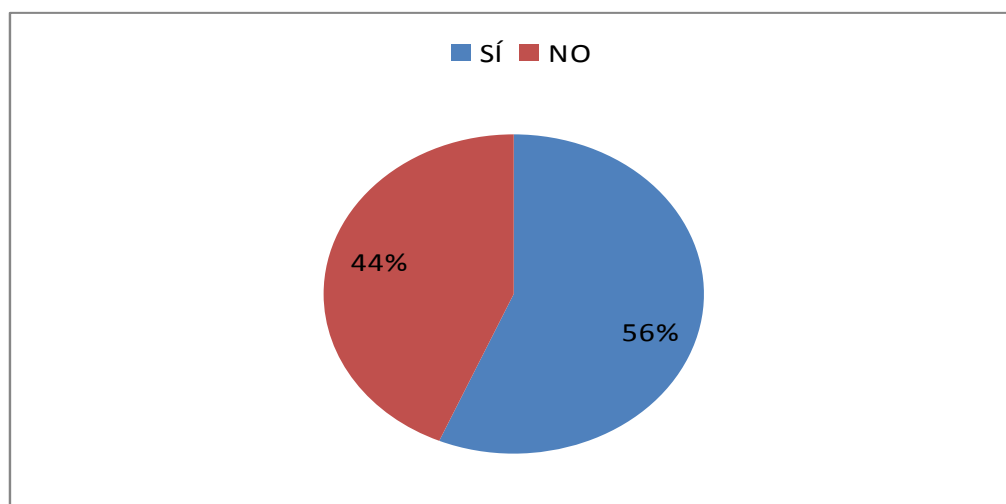
Tabla 5.- Conocimiento del Mini atletismo

Opción	Cantidad	Porcentaje
SÍ	22	56%
NO	17	44%
Total	39	100%

Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Gráfico 1.- Conocimiento del Mini atletismo



Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Análisis.- Del 100% de la población encuestada se obtuvo que el 56% sí conocen del Mini atletismo, mientras que hay una equiparada población del 44% que no conoce del tema. De tal manera, se puede decir que la mayor parte de la población tiene conocimiento del Mini atletismo, por lo tanto sería fácil implementarlos al objeto de estudio con la población.

1. Desde su punto de vista: ¿Cree usted que el Mini atletismo ayudaría a los niños a utilizar mejor su tiempo libre?

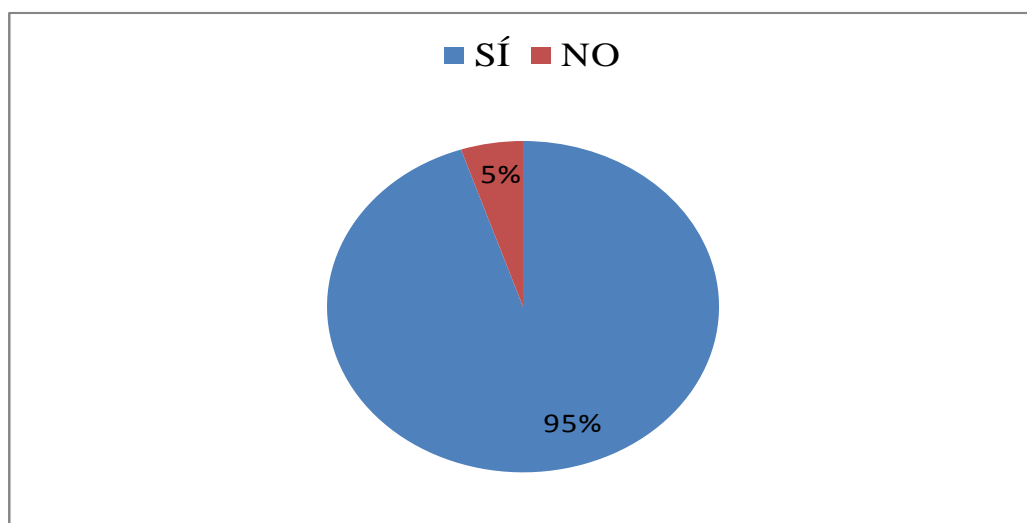
Tabla 6.- Mini atletismo mejora su tiempo libre

Opción	Cantidad	Porcentaje
SÍ	37	95%
NO	2	5%
Total	39	100%

Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Gráfico 2.- Mini atletismo mejora su tiempo libre



Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Análisis.-Del 100% de la población encuestada, el 95% sí considera que el Mini atletismo ayudaría a los niños a utilizar mejor su tiempo libre, mientras que hay una mínima cantidad de población correspondiente al 5% que dice que no. De tal manera, se puede decir que como gran parte de la población sí consideran que el Mini atletismo ayudaría a los niños a utilizar mejor su tiempo libre, por lo tanto sería fácil implementarlos al objeto de estudio.

2. ¿Cree usted, que el Mini atletismo ayuda a fomentar la práctica de valores en los niños?

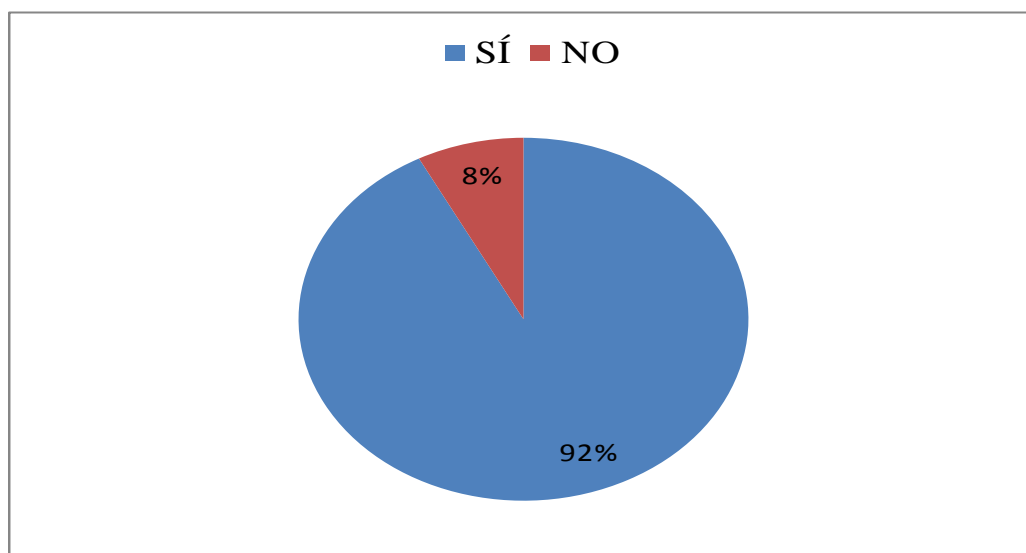
Tabla 7.- Mini atletismo ayuda a fomentar la práctica de valores

Opción	Cantidad	Porcentaje
SÍ	36	92%
NO	3	8%
Total	39	100%

Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Gráfico 3.- Mini atletismo ayuda a fomentar la práctica de valores



Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Análisis.- Del 100% de la población encuestada se obtuvo que el 92% sí consideran que el Mini atletismo ayudaría a fomentar la práctica de valores, es decir, el respeto entre compañeros, a las reglas de juego y a ser autónomo e independiente en las actividades que realiza, mientras que hay una mínima cantidad del 8% que dice que no.

3. ¿Considera usted que a través del Mini atletismo se motivaría a los niños a realizar actividad física?

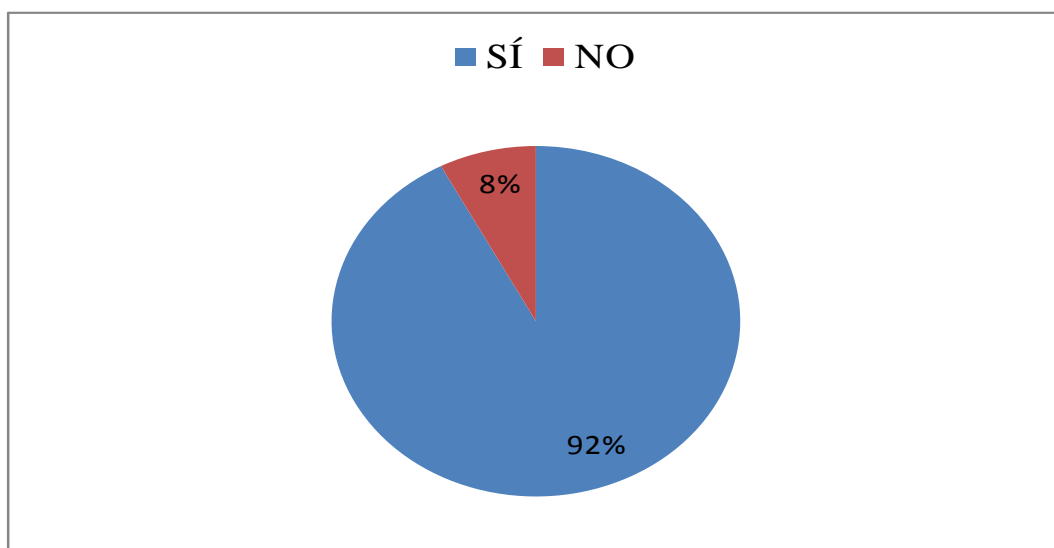
Tabla 8.- Mini atletismo motiva a los niños a la práctica de actividad física

Opción	Cantidad	Porcentaje
SÍ	36	92%
NO	3	8%
Total	39	100%

Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Gráfico 4.- Mini atletismo motiva a los niños a la práctica de actividad física



Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Análisis.- Del 100% de la población encuestada se obtuvo que el 92% sí considera que el Mini atletismo motivaría a los niños a la práctica de actividad física para mejorar su calidad de vida, de salud y su futuro como atleta, mientras que hay una mínima cantidad del 8% que dice que no.

4. ¿Conoce usted que el Miniatlético permite preparar a los niños para su futuro en el Atletismo?

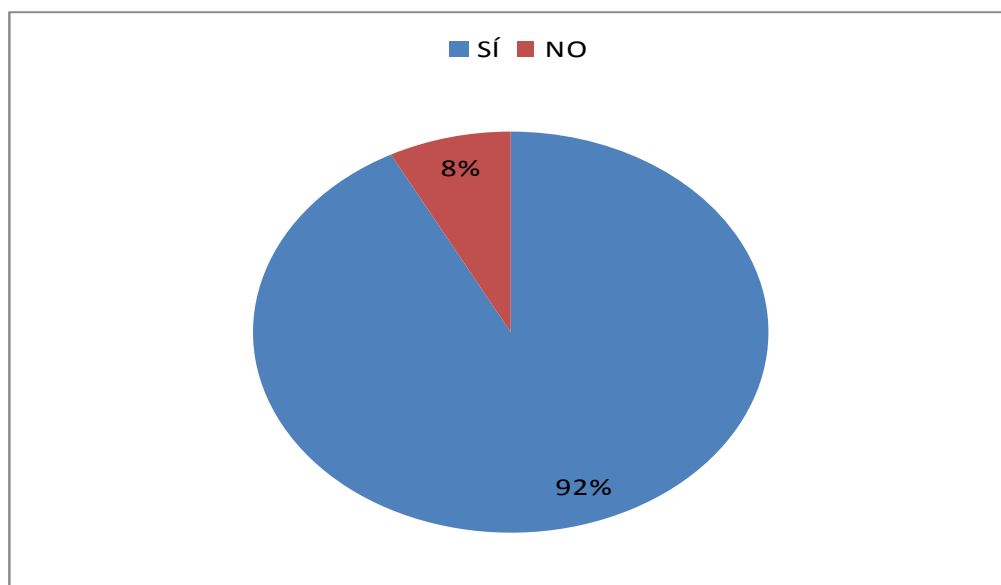
Tabla 9.- Miniatlético prepara a los niños para el Atletismo

Opción	Cantidad	Porcentaje
SÍ	36	92%
NO	3	8%
Total	39	100%

Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Gráfico 5.- Miniatlético prepara a los niños para el Atletismo



Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Análisis.- El 92% sí considera que el Miniatlético permite preparar a los niños para su futuro en el Atletismo, ya que a base de las actividades lúdicas se los encamina a la práctica de ese deporte respetando sus fundamentos y reglas, mientras que hay una mínima cantidad de población que corresponde al 8% que dice que no.

5. ¿Cree usted que debería implementarse el Mini atletismo en la Provincia de Santa Elena?

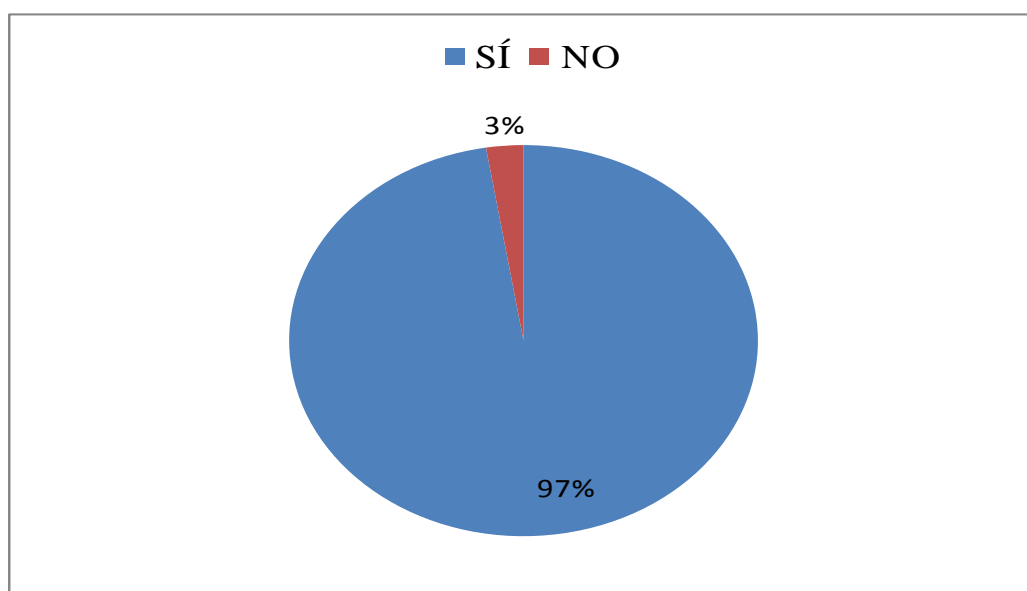
Tabla 10.- Mini atletismo en la Provincia de Santa Elena

Opción	Cantidad	Porcentaje
SÍ	38	97%
NO	1	3%
Total	39	100%

Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Gráfico 6.- Mini atletismo en la Provincia de Santa Elena



Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Análisis.- Del 100% de la población encuestada, el 97% sí consideran que debe implementarse el Mini atletismo en la provincia de Santa Elena, ya que cambiaríamos la manera tradicional y monótona al momento de entrenar muy especial en la etapa formativa de un deportista, mientras que hay una mínima cantidad de población del 3% opina que no.

6. ¿Ha recibido usted capacitación sobre el Miniatlético?

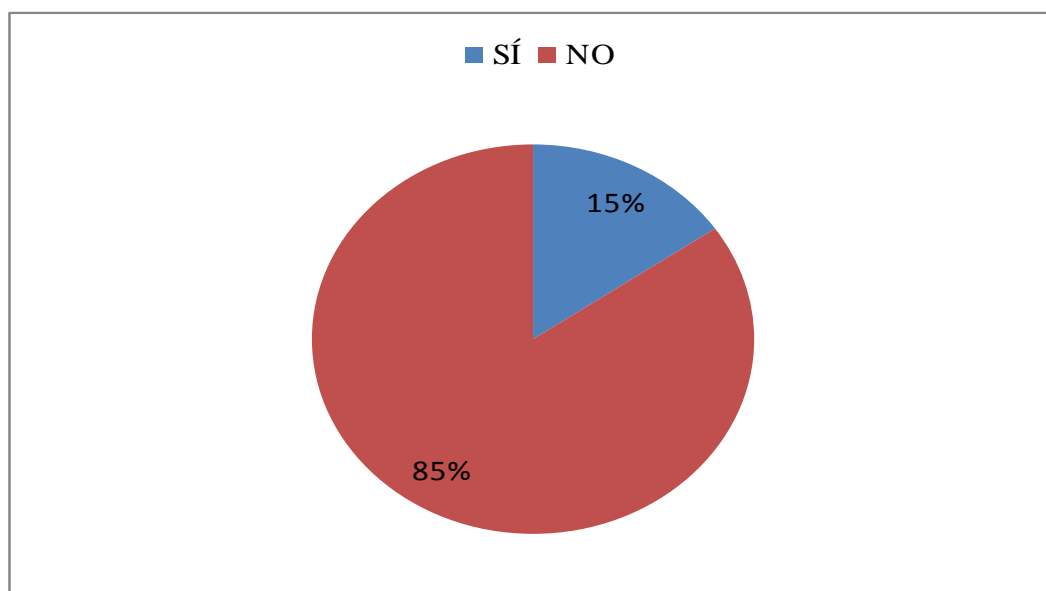
Tabla 11.- Recibió una capacitación de Miniatlético

Opción	Cantidad	Porcentaje
SÍ	6	15%
NO	33	85%
Total	39	100%

Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Gráfico 7.- Recibió una capacitación de Miniatlético



Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Análisis.- De la aplicación de esta pregunta se obtuvo que el 15% si consideran que si ha realizado una capacitación de Miniatlético, mientras que una gran cantidad de población que corresponde al 85% que dice que no, por lo que se hace necesario realizar la capacitación que los entrenadores pongan en práctica y conozcan esta nueva versión de entrenamiento del atletismo dirigido a niños.

7. ¿Le gustaría recibir un curso de capacitación de Mini atletismo?

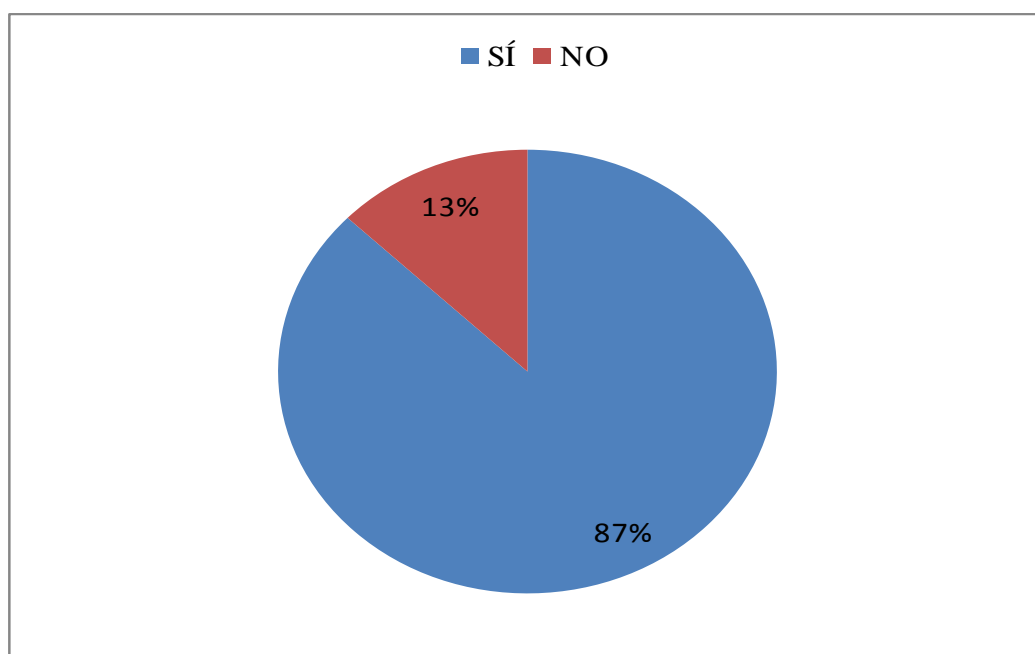
Tabla 12.- Desearía recibir una capacitación de Mini atletismo

Opción	Cantidad	Porcentaje
SÍ	34	87%
NO	5	13%
Total	39	100%

Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Gráfico 8.- Desearía recibir una capacitación de Mini atletismo



Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Análisis.- El 87% si desean recibir una capacitación de Mini atletismo y conocer acerca del mismo para vincularlo en sus entrenamientos, mientras que hay una mínima cantidad de población que corresponde al 13% no está interesada.

8. ¿Cree usted que es necesario contar con más entrenadores capacitados en el Miniatletismo?

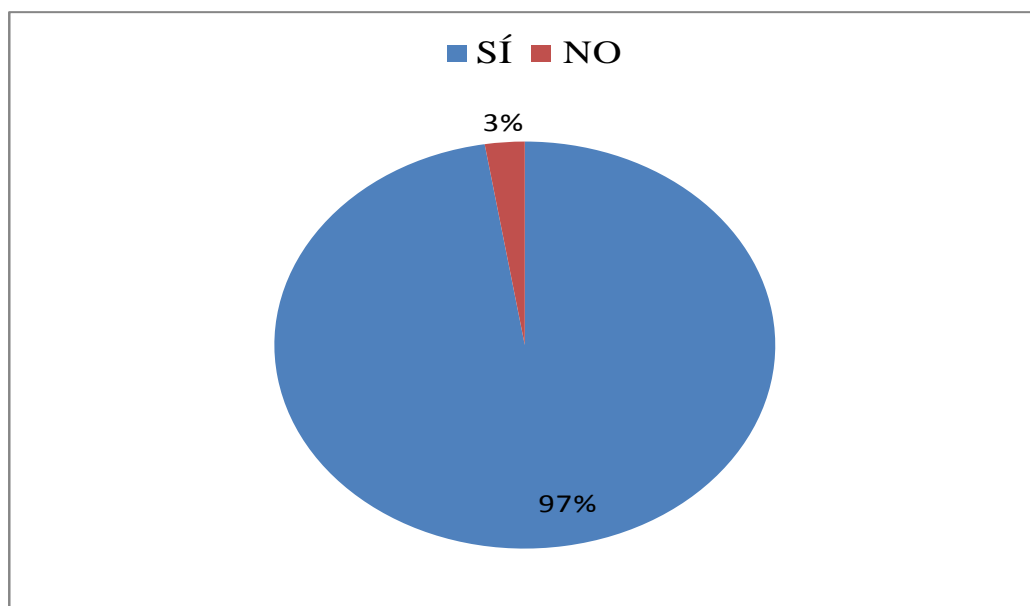
Tabla 13.- Necesidad de entrenadores en la Provincia

Opción	Cantidad	Porcentaje
SÍ	38	97%
NO	1	3%
Total	39	100%

Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Gráfico 9.- Necesidad de entrenadores en la Provincia



Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Análisis.- Del 100% de la población encuestada se obtuvo que el 97% considera necesario contar con más entrenadores de Miniatletismo, ya que la provincia no cuenta con profesionales en esta disciplina deportiva, mientras que hay una mínima cantidad de población que corresponde al 3% que opina que no es de relevancia.

9. ¿Cree usted que los egresados y estudiantes de la Carrera de Educación Física de la UPSE deberían asistir a esta capacitación?

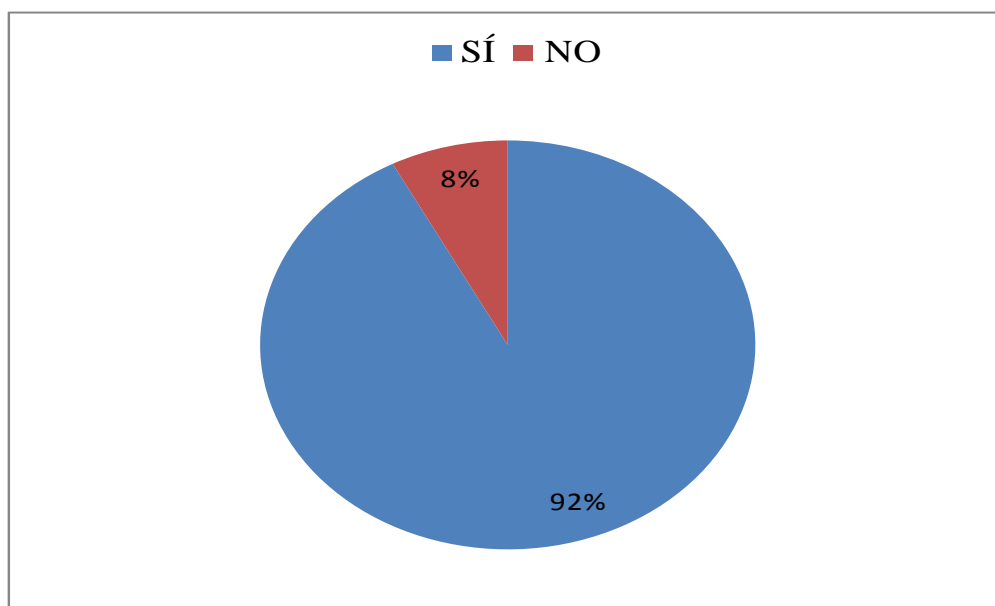
Tabla 14.- Egresados y estudiantes de la Carrera de Educación Física de la UPSE deberían asistir

Opción	Cantidad	Porcentaje
SÍ	36	92%
NO	3	8%
Total	39	100%

Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Gráfico 10.- Egresados y estudiantes de la Carrera de Educación Física de la UPSE deberían asistir



Fuente: Encuesta realizada a los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

Autor: Liliana Baque Catuto

Análisis.- El 92% considera necesario capacitar a los egresados y estudiantes de la carrera de Educación Física de la UPSE, porque son ellos quien deben cambiar los esquemas de la sociedad y mostrarlos en beneficio de los niños, mientras que hay una mínima cantidad de población que corresponde al 8% que dice que no considera necesario.

3.9.2.1.-Conclusiones de la Encuesta.

Se refleja que un 56% de entrenadores ha escuchado hablar sobre Mini atletismo pero no tienen una idea concreta de qué se trata y es por esto que un 97% consideró necesario recibir una capacitación que les permita conocer esta nueva metodología de trabajo, que permita ampliar sus conocimientos y mostrar a los niños una manera más divertida de entrenar atletismo, que a su vez los motive a emplear mejor su tiempo libre y a mejorar la práctica de actividad física.

El Mini atletismo desarrollará a los niños, pero además fortalecerá a docentes para que sean autocríticos, propositivos, innovadores, investigadores; comprometidos con la educación, las transformaciones sociales, la inclusión plena de todos los niños brindando a partir de estos nuevos conocimientos su creatividad en la formación de los niños y jóvenes.

Con la capacitación se pretende consolidar el proceso de formación profesional en las dimensiones pedagógica, sociocultural y comunitaria. .

3.9.3.- Análisis de las preguntas realizadas en la entrevista.

Se muestra a continuación un análisis de los criterios recopilados en la entrevista realizada al presidente y a los metodólogos de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena, con la finalidad de identificar el nivel de conocimiento sobre Mini atletismo, así como la aceptación e importancia de llevar a efecto la capacitación con los entrenadores.

1. ¿Cuál es su opinión acerca del Mini atletismo?

Análisis: El Mini atletismo es una forma dinámica y práctica de fomentar la actividad física en la iniciación deportiva, muy importante en las edades tempranas porque contribuye con el desarrollo de habilidades en los niños y fortalecen su proceso de aprendizaje.

2. ¿Qué opina acerca de la capacitación de Mini atletismo para los entrenadores de esta institución?

Análisis: La capacitación de Mini atletismo será de gran importancia para los entrenadores y profesores porque a través de ella van a nutrir sus conocimientos, mejorar su creatividad deportiva, y dar a conocer a la provincia el atletismo ya que es una nueva forma de enseñanza lúdica.

3. ¿Qué beneficios cree usted que conlleva la práctica del Mini atletismo en los niños?

Análisis: El Mini atletismo ayuda al desarrollo multilateral del niño y a tener un nuevo concepto del atletismo adaptado a sus necesidades y no busca con ello una especialización precoz.

4. Para usted, ¿Qué actividades engloban la práctica del Miniatletismo?

Análisis: Todo lo que concierne las actividades lúdicas como son correr, saltar, lanzar y juegos recreativos.

5. ¿Dónde consideras que se puede aplicar la práctica del Miniatletismo?

Análisis: Se debe realizar en toda la provincia en especial en las instituciones educativas, deportivas, barrios y comunidades.

3.10.- Conclusiones y Recomendaciones

3.10.1.- Conclusiones

- Todos los directivos y metodólogos de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena consideran de gran importancia el desarrollo de la capacitación de Miniatletismo porque a través de esto se mostrará un nuevo concepto para el entrenamiento de atletismo en una forma lúdica, dirigido a niños y niñas de 7 a 12 años.
- El Miniatletismo es el primer estadio de una forma alternativa a la competición y a la iniciación al atletismo donde se intenta compaginar, recreación e iniciación precoz respetando y favoreciendo el desarrollo personal y motriz de la infancia.
- A través del Miniatletismo se puede seleccionar y utilizar configuraciones motrices acordes a las posibilidades e intereses particulares de los niños para estimular sus capacidades orgánicas, corporales y motoras en forma global, racional y sistemática.

3.10.2.- Recomendaciones

- Continuar aplicando el programa de Mini atletismo ya que está elaborado tomando en cuenta las necesidades de los niños, permitiéndoles mejorar su calidad de vida.
- Fomentar la práctica del Atletismo en la provincia de Santa Elena de una manera dinámica y divertida que motive a los niños, brindándoles la oportunidad de ser parte de un proceso de enseñanza diferente al que se ha venido realizando.
- Iniciarse o especializarse precozmente en un deporte no significa dedicarse a él en exclusiva, entrenar muchas horas o buscar resultados a corto plazo; consiste en una formación motriz muy amplia, pero además aprender el deporte concreto específicamente en el momento más adecuado a fin de posibilitar que a largo plazo, el deportista pueda desarrollar todo su potencial.

CAPÍTULO IV

LA PROPUESTA

4.1.- Datos Informativos

TEMA:	
“Plan de capacitación en Mini atletismo para los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena, año 2013”.	
Institución	Federación Deportiva Provincial de la provincia de Santa Elena (FEDESE)
Ubicación	Santa Elena, Virgilio Drouet y 18 de Agosto
Tiempo estimado para la ejecución	Una semana
Equipo técnico responsable	Tutor: Lcda. Katherine Aguilar Morocho MsC. Egresada: Liliana Baque Catuto
Beneficiarios	Los beneficiados en esta propuesta serán los 39 entrenadores de la Federación Deportiva Provincial de la provincia de Santa Elena (FEDESE), profesores, monitores y los niños.
Misión	Mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje mediante la aplicación Mini atletismo con los niños, y concienciar la importancia de su práctica
Visión	Socializar la práctica de Mini atletismo para implementarlo en el área educativa, como herramienta didáctica.

Fuente: La Propuesta

Autor: Liliana Baque Catuto.

4.2.- Antecedentes de la propuesta

En la Federación Deportiva Provincial de Santa Elena se requiere programar un plan de capacitación que permita a los entrenadores adquirir conocimientos acerca de una nueva forma de entrenamiento de Atletismo para niños o también denominado Mini-atletismo, a fin de que los entrenadores tengan la oportunidad de brindar un cambio trascendental, en el cual los conocimientos y recursos adquiridos, sean aplicados a la hora de entrenar y desarrollar el potencial de cada niño en el plano físico que es base del desarrollo intelectual.

4.3.-Justificación

En la Federación Deportiva Provincial de Santa Elena existen evidentemente una gran oferta de actividades deportivas especializadas pero, el Atletismo y su programa de Mini-atletismo son las actividades básicas para el desarrollo de la condición física y lo que es más importante, en la fase de formación es el deporte que reúne todos los requerimientos motrices, se adapta a cada fase del crecimiento, aportando una multiplicidad de habilidades, que serán también el fundamento de cualquier otra actividad deportiva o física.

4.4.- Objetivos

4.4.1.- Objetivo General

Elaborar un plan de Capacitación en Mini-atletismo para los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena, año 2013

4.4.2.- Objetivos específicos

- ✓ Mostrar a las autoridades, metodólogos y entrenadores sobre los beneficios que genera la práctica del Miniatlético en la formación de los niños y una mejor calidad de vida.
- ✓ Actualizar los conocimientos de los entrenadores en el nuevo programa, para la práctica del Miniatlético, basado en un proceso pedagógico, respetando el proceso de crecimiento de los niños.
- ✓ Realizar prácticas de eventos en los días de capacitación, aprovechando cualquier infraestructura con la que cuente el entrenador y utilizando material deportivo elaborado (de material desechable) por los mismos docentes y niños.
- ✓ Aplicar un proceso a largo plazo y continuo, fomentando la práctica regular de la actividad física y deporte de formación, que dé a los niños el cimiento de desarrollo físico para su vida en general y para optimizar el camino hacia el deporte de rendimiento.

4.5.- Fundamentación

Desde las esferas más altas de la IAAF (Federación Internacional de Asociaciones Atléticas) se observa la intención de provocar un cambio en la concepción del atletismo destinado a niños pues como se dijo no resulta ni atractivo, ni eficaz, ni beneficioso, trasladar lo que es el atletismo formal de los adultos al trabajo con niños.

En ninguna circunstancia, debe olvidarse que el nivel formativo o la educación física implican objetivos específicos para el nivel primario, los cuales

penosamente se confunden con los objetivos del deporte de rendimiento. La formación del niño debe brindarle, al contrario, la solidez para enfrentar a futuro las grandes exigencias del deporte competitivo.

En este trabajo se pretende determinar cómo contribuye el Mini atletismo en los entrenamientos de los niños de la Federación Deportiva Provincial de Santa Elena, además de ser una tarea vital para consolidar los pilares de desarrollo de la Educación Física y a la vez abrirá las posibilidades a nuevas experiencias, conocimiento y técnica deportiva.

4.6.- Metodología del Plan de Acción

4.6.1.- Cronograma de Trabajo

A continuación se presenta el cronograma de trabajo donde detalla cada una de las temáticas para llevar a efecto la Capacitación de Mini atletismo con los entrenadores de la Federación Deportiva de la provincia de Santa Elena.

Tabla 15.- Cronograma para la capacitación

Fuente: Cronograma de actividades para la capacitación

DÍA HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00- 10:00	Inscripción e Inauguración	Grupos de Edades	Talentos Deportivos	Organización de Eventos	Evento con estudiantes de dos instituciones educativas invitadas: Escuela “Frank Vargas Pazzos” de Salinas y Escuela “24 de Julio” de Santa Elena.
10:00-11:00	Presentación de Mini atletismo.	Mini atletismo y Educación	Fases sensibles		
11:00-12:00	Proyecto Mini atletismo Ecuador.	Fases de crecimiento y desarrollo	Organización de Eventos	ELABORACIÓN DE MATERIALES	
12:00-13:00	Cómo se desarrolla el Mini atletismo	Enseñanza de Habilidades			

Fuente: Cronograma

Autor: Liliana Baque Catuto

4.6.2.- Presentación de Miniatletismo. Proyecto Ecuador.

4.6.2.1.- Definición de Miniatletismo

El Miniatletismo es el desarrollo multilateral de niño por medio de la parte lúdica provocando excitación e iniciación del atletismo por medio de juegos pre establecidos, teniendo en cuenta una organización innovadora, que permitirá al niño a descubrir actividades básicas como correr saltar y lanzar, en un lugar tal como un patio, gimnasio, estadio o cualquier lugar disponible que este al alcance. No necesita necesariamente de una pista atlética para llevarlo a efecto.

4.6.2.2.- Miniatletismo en el Ecuador

En la Ciudad de Cuenca en el II Congreso “deporte y escuela”, organizado por el servicio de deportes de la misma ciudad, en Mayo del 2002 se llevó a cabo la exposición de la ponencia titulada: “la recreación deportiva como aprendizaje enfocado a los deportes de competición: el atletismo fuera del estadio”, por el profesor Joan Rius Sant en la cual se exponían las líneas metodológicas de actuación, acerca de una forma original y divertida de tratar el atletismo en las primeras edades de la formación deportiva de los jóvenes atletas y ello fue motivo, para llevar a cabo una propuesta, que surgida del ámbito teórico y expositivo que supone cualquier congreso, se convirtiera en una actuación práctica dentro del ámbito escolar de la provincia.

Nació así el programa “Miniatletismo en la escuela”, que integrado dentro del deporte escolar, pretendía acercar e involucrar a los centros escolares (alumnos, profesores, padres y madres) en otros modelos diferentes de iniciación deportiva,

más ajustados a las necesidades educativas de la sociedad actual, y contribuir así, en la formación integral de sus participantes, mediante la práctica deportiva de ámbito atlético.

4.6.2.3.- Objetivos del Miniatlético

Estos son los objetivos de organización del concepto del Miniatlético:

- Que un gran número de niños pueda estar activo al mismo tiempo.
- Que se experimenten las formas de movimientos variadas y básicas.
- Que no sólo los niños más fuertes y veloces hagan una contribución para un buen resultado.
- Que las demandas de habilidad varíen según la edad y el requisito de coordinación de las destrezas.
- Que se infunda en el programa un signo de aventura, ofreciendo un enfoque del Atletismo adecuado a los niños.
- Que la estructura y puntaje de los eventos sea sencilla y basada en el orden de posición de los equipos.
- Que se requieran pocos asistentes y jueces.
- Que se ofrezca el atletismo como un evento de equipos mixtos (niños y niñas juntos).

4.6.2.4.- Enfoque pedagógico del Atletismo y el Miniatlético

El Atletismo es una excelente ayuda pedagógica para los niños, pero necesita algunos ajustes para mejorar el impacto que puede tener sobre la educación, es

más, la forma cultural adulta del atletismo no es compatible con los objetivos pedagógicos de la práctica para niños.

Los Atletas adultos bien entrenados:

- Tienen habilidades técnicas eficientes pero que son complejas
- Se pueden especializar en un evento específico a un nivel muy alto
- Pueden manejar ellos solos los sentimientos fuertes de la competencia
- Pueden soportar la competencia con otros atletas
- Son capaces de comprender reglas complejas
- Pueden prepararse para un evento por largos períodos.

El Miniatletismo se maneja en un enfoque pedagógico atractivo para todo niño, teniendo como características las siguientes:

- El Miniatletismo es accesible para todos los niños a nivel motor, físico y mental, porque lo que único que necesita es la predisposición del niño
- Es instructivo para todo porque sigue un proceso y trabajo múltiple.
- Es atractivo por la gran variedad de actividades y por la interacción de los niños pudiendo experimentar diferentes situaciones.

Para cumplir con la perspectiva de los participantes se toma en cuenta los siguientes aspectos.

- Adaptación de los eventos a cada categoría de edad: Todos los niños pueden entender y completar todos los eventos.
- Competencia en equipo: Todo niño deberá pertenecer a un equipo y todos deberán cumplir las mismas tareas.

- Adaptación al tiempo, lugar y grupo a las distintas habilidades de los niños. Cada actividad está dirigida de acuerdo a la edad y habilidades del niño.

El enfoque educativo de la competencia en la Cultura Física va a permitir que los niños manejen su estrés y que lleguen progresivamente al aprendizaje individual del atletismo.

4.6.2.5.- Miniatletismo: Impacto en la actividad escolar.

El Miniatletismo es un encuentro deportivo que puede ser usado en diferentes formas para desarrollar la actividad escolar, para hacerla más dinámica y placentera, por medio de una cohesión eficiente de grupo.

- Permite organizar encuentros entre compañeros de clase o de diferentes escuelas.
- Ayuda a comprender otras disciplinas: Aspecto multidisciplinario. (Matemáticas, geometría y Física)
- Hace a los niños responsables y autónomos.
- Se usa como una herramienta de evaluación física para los niños, pues ofrece toda una variedad de test de preparación física que pueden ser usados por la comunidad educativa para evaluar la forma física, y la evolución de la salud de los niños.

4.6.3.- Aprendizaje de habilidades y destrezas motrices

La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas transcurre a lo largo de un proceso que tiene una determinada duración en el

tiempo, durante el cual se pretende que los alumnos y alumnas adquieran un repertorio y un bagaje motriz que les sea de utilidad tanto en su desarrollo personal como en la resolución de nuevos y posteriores aprendizajes.

4.6.4.- Fases en el aprendizaje de una habilidad motriz

Si se realiza un análisis global de las diferentes propuestas se puede observar que en todas ellas se determinan tres fases importantes y diferenciadas:

La primera fase.- Es donde el alumno toma contacto con la nueva habilidad objeto de aprendizaje. En esta fase el alumno explora y se familiariza con la habilidad por tanto, hay una intervención importante de los mecanismos perceptivos.

En la segunda fase.- Es posible que el alumno realice la habilidad, pero con ciertas dificultades, en esta fase en donde se producen los verdaderos mecanismos de regulación del aprendizaje.

Finalmente, **en la tercera fase.-** Se consigue la realización de la habilidad salvando los problemas segmentarios y de coordinación que se dieron en la anterior.

En general y especialmente en el ámbito escolar no hay que conformarse con la consecución de esta última fase o la consecución en sí misma de la habilidad. Hay que lograr una estabilización y utilidad de ese aprendizaje, es decir, que el alumno sepa aplicarlo y utilizarlo en cualquier situación que lo requiera. (Lic.Alemán MArtín & Lic. Cáceres Ponce)

4.6.6.- Fases de crecimiento y Desarrollo de los niños

Según la exposición realizada en el seminario de Miniatletismo en la Ciudad de Guayaquil el Lcdo. Carlos España Francis (Entrenador de la IAFF nivel V) dice:

Que los niños no son versiones pequeñas de los adultos, tienen necesidades y capacidades muy específicas. Uno de los mayores problemas en los entrenamientos es la falta de conocimiento de algunos profesores y padres con respecto al crecimiento y desarrollo de los niños. Esta ignorancia es la causante de exigencias excesivas, que muchas veces causa el abandono o la frustración de muchos niños en edades donde se esperan saltos grandes en sus rendimientos.

Los buenos entrenadores deben conocer y comprenden los cambios que ocurren desde la niñez hasta la edad adulta y deben dar una estructura a su enseñanza y entrenamiento a largo plazo, acorde a las necesidades del deportista joven.

4.6.6.1.- El Desarrollo Físico

El crecimiento sin duda tiene importancia con respecto al nivel competitivo del atleta.

Se debe iniciar con el estudio de cómo cambia el cuerpo durante el desarrollo. Ocurren cambios importantes en el tamaño del cuerpo y las proporciones. Estos cambios influyen sobre la forma en que los niños efectúan las diferentes habilidades y actividades.

4.6.6.2.- Observaciones para el Entrenador

- Concentrarse en las fases de crecimiento en vez de en las edades

- Determinar cómo los cambios en las proporciones físicas influirán sobre el nivel competitivo.
- Ayudar a los niños a comprender los cambios que ocurren en el cuerpo
- Establecer normas de nivel según la edad de desarrollo, y no según la edad cronológica.
- Agrupar a los niños según el desarrollo físico, usando como guía la altura y el peso
- Animar a que todos los atletas aprendan las técnicas, los que son de desarrollo tardío pueden tener mucho más éxito más tarde
- No usar ejercicios que ejerzan demasiada fuerza en las zonas de crecimiento del hueso durante los períodos de crecimiento máximo.
- Evitar las pesas antes de la adolescencia.

4.6.7.- Propuesta de la IAAF

Ilustración 1.- Propuesta de la IAAF



Fuente: Guía de MiniAtletismo- I.A.A.F. (Federación Internacional de Atletismo)

Autor: Liliana Baque Catuto

4.6.8.- Fases sensibles

Según la exposición realizada en el seminario de Miniatletismo en la Ciudad de Guayaquil el Lcdo. Patricio Árias Falconí (Entrenador de la IAFF) dice:

Que el niño atraviesa una fase de desarrollo muy importante durante los primeros años de su vida. Su cuerpo en crecimiento es el aspecto visible de este cambio, y esto también le da al profesor información significativa.

Existe otro gran desarrollo que no es lineal de los diferentes sistemas que regulan el crecimiento del niño y su desarrollo psicológico, cognitivo, motor y físico.

Los principales sistemas:

- El sistema nervioso
- El sistema hormonal
- El sistema cardio-respiratorio
- El sistema cardio-circulatorio.

Todos estos sistemas comienzan a desarrollarse al mismo tiempo pero para cada uno los tiempos de desarrollo no son idénticos. Cada sistema tiene un tiempo específico de máximo desarrollo que es calificado como “fase sensible”.

Es absolutamente necesario para cada entrenador conocer estas fases y cuándo ocurren, para planificar el entrenamiento apropiado adaptado a los niños y los adolescentes mientras atraviesan de estas fases.

Estas “fases sensibles” representan oportunidades que no pueden ser ignoradas, son oportunidades ricas para desarrollar las habilidades del niño con entrenamiento de pesas relativamente livianas y soportables. Si el entrenador no usa estas “ventanas de oportunidades” eficientemente, siempre va a ser posible alcanzar el desarrollo de la mayor parte de estas habilidades en una etapa posterior, pero con una carga más pesada de trabajo.

A continuación se presentaron unas tablas con la visión general de las diferentes etapas sensibles.

La tabla 1 Y 2 muestran, en detalle, los momentos favorables para el desarrollo de ciertas habilidades específicas. Podemos ver claramente las líneas de edades correspondientes a “ventanas de oportunidades” y cuándo es el mejor momento para intentar desarrollar cada habilidad específica.

Ilustración2.- Ventanas de Desarrollo Sensible en jóvenes atletas-niñas

	ETAPAS	HABILIDAD	VELOCIDAD	FUERZA	AEROBICO
6	Etapa 1	Ventana de HABILIDAD 1	Ventana de VELOCIDAD 1		
7					
8					
9	Etapa 2				
10					
11	Etapa 3		Ventana de VELOCIDAD 2	Ventana de FUERZA 1 Ventana de FUERZA 2	Ventana AEROBICA al inicio de PWV
12					
13					
14	Etapa 4				
15					
16					
17	Etapa 5				
18					
19					
20					

Fuente: I.A.A.F. – Miniatlético - KIDS ATHLETIC – 200- Lic. Patricio Árias Falconí
Autor: Liliana Baque Catuto.

La tabla debajo representa otras dimensiones de desarrollo del niño que son importantes para el entrenamiento en deportes. Estas nuevas dimensiones tienen una naturaleza cognitiva e informativa.

Ilustración 3.- Ventanas de Desarrollo Sensible en jóvenes atletas-niñas

	ETAPAS	HABILIDAD	VELOCIDAD	FUERZA	AEROBICO
6	Etapa 1	Ventana de HABILIDAD 1	Ventana de VELOCIDAD 1		
7					
8					
9	Etapa 2				
10					
11					
12	Etapa 3		Ventana de VELOCIDAD 2		
13					
14					
15	Etapa 4			Ventana de FUERZA 1	Ventana AEROBICA al inicio de PWV
16					
17					
18	Etapa 5				
19					
20					
21					

Fuente: I.A.A.F. – Mini atletismo - KIDS ATHLETIC – 200- Lic. Patricio Árias Falconí
Autor: Liliana Baque Catuto.

4.6.8.1.- Fases sensibles en el entrenamiento

Hoy en día se conoce que el proceso de desarrollo del ser humano no se realiza de forma lineal, sino que tiene lugar de acuerdo a la sucesión de períodos en estrecha relación con la edad y las condiciones individuales de vida.

Se considera las fases sensibles como unas etapas recomendables para llevar a cabo el entrenamiento de ciertas capacidades con el fin de evitar riesgos y favorecer el afianzamiento de una reserva de entrenamiento duradera. Aunque también tenemos que conocer que es algo que no está científicamente probado.

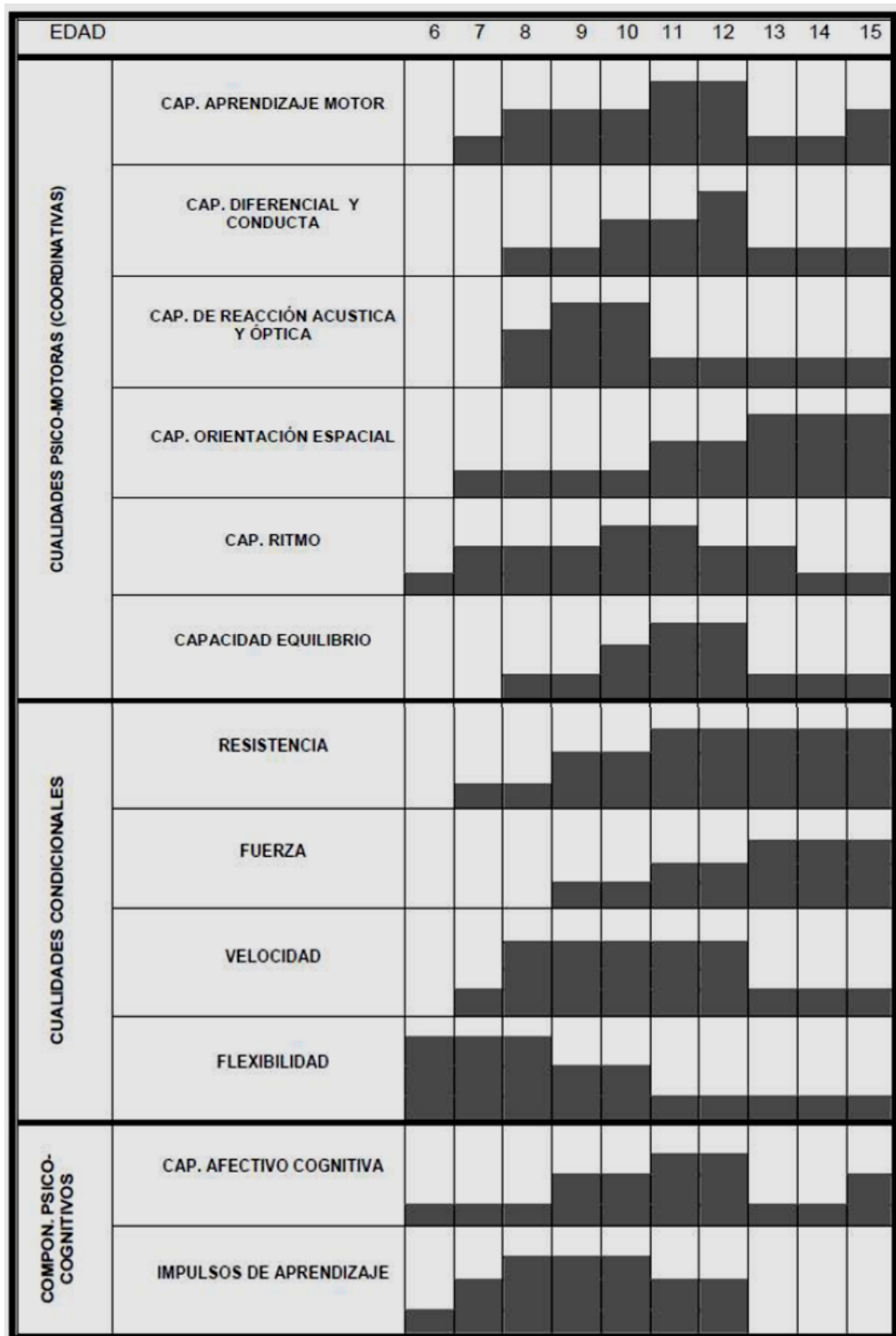
Por tanto, es importante saber y tener en cuenta que cada individuo tiene un proceso de evolución-involución fisiológico determinado. El proceso evolutivo del niño y la niña presenta enormes diferencias individuales en función de la alimentación, higiene, clima, actividad física, cultura, herencia, entre otras.

Por lo general, la evolución biológica en función de la madurez de las capacidades coordinativas y condicionales en niños o niñas y jóvenes tiene el siguiente proceso:

- Madurar a partir de los 6 años las estructuras coordinativas básicas, alcanzando su máximo a los 11-12 años.
- A partir de los 11-13 años aproximadamente, se inician las fases sensibles para el desarrollo y construcción de las capacidades de condición física (Grosser & Zintl, 1989)

El conocimiento del contenido y características de las fases sensibles es de vital importancia para el desarrollo con los jóvenes y su adecuada rentabilización. En la siguiente figura podemos observar un modelo de dichas fases y en el que se representan los momentos en que, se especifican la predisposición a la mejora para cada cualidad, expresado en edades. (Martín, 1982)

Ilustración 4.- Fases Sensibles de las distintas habilidades de niños de entre 6 y 15 años de edad (Martín 1982)



Fuente: Fases sensibles del Entrenamiento - Martín 1982

Autor: Liliana Baque Catuto

4.6.9.- Planificación para la enseñanza de Mini atletismo

Tabla 16.- Esquema de Planificación para la enseñanza de Mini atletismo

NÚMERO	MÓDULOS O TALLERES	CLASES TEÓRICAS	CLASES PRÁCTICAS	EXPOSICIONES INDIVIDUALES Y GRUPALES	EXAMEN ESCRITO	EXAMEN PRÁCTICO	SEMANAS	TOTAL DE HORAS EN LA SEMANA
I	Familiarización con el Mini atletismo	10	10	10	5	5	1	40
II	Enseñanza del Mini atletismo. Fase de Enseñanza de Habilidades	4	16	8	2	10	1	40
III	Organización de Eventos	4	20	4	2	10	1	40
3	TOTAL	18	46	22	9	25	3	120

Fuente: Esquema

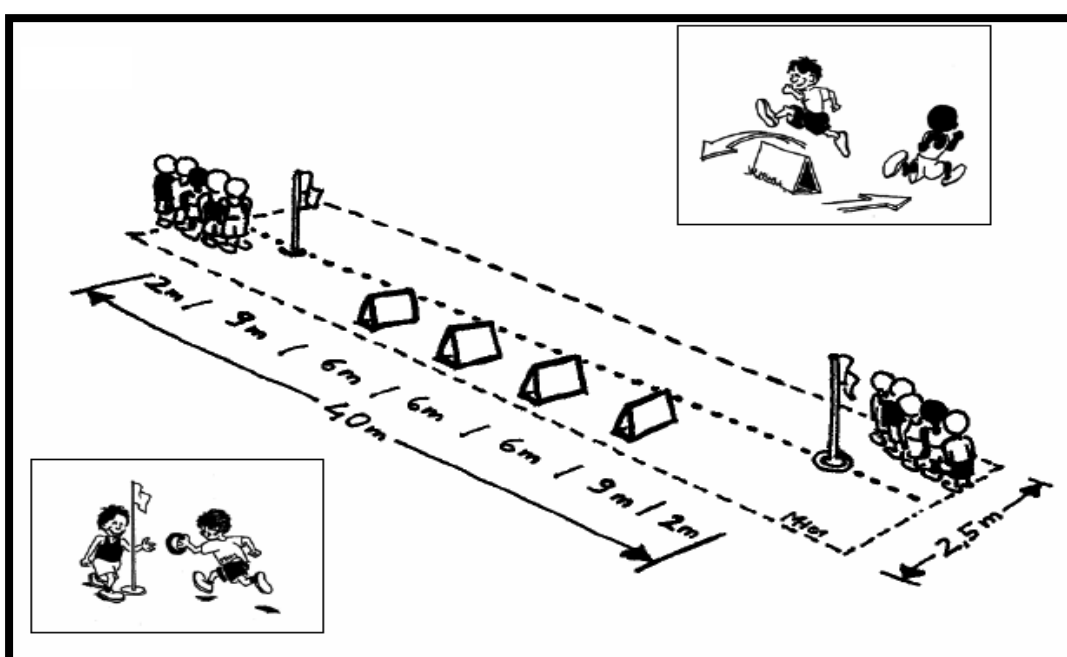
Elaborado por: Liliana Baque Catuto.

4.6.10.- Organización de Evento

Se lo realizó para niños de las Escuelas Fiscales “24 de Julio” de Santa Elena y “Frank Vargas Pazzos” de Salinas.

4.6.10.1.- Relevos de velocidad / Vallas

Ilustración 5.- Evento 1: Relevos de velocidad/ vallas



Fuente: Guía de Miniatletismo I.A.A.F (Federación Internacional de Atletismo)

Autor: Liliana Baque Catuto

Breve descripción:

Relevo combinado de carrera de velocidad y vallas

Procedimiento: El equipamiento se instala como se observa en la figura. Son necesarias dos líneas para cada equipo: una con y otra sin vallas. La primera distancia es la de vallas y luego los miembros del equipo corren la distancia de velocidad como una prueba regular de Relevos. El evento se completa cuando todos los miembros del equipo han cubierto ambas distancias, la de velocidad y

vallas. El relevo se realiza de tal forma que el traspaso se ejecute con la mano izquierda.

Puntaje: El ranking se evalúa según el tiempo: el equipo ganador es el que posee menor tiempo. Los siguientes equipos se clasifican según el orden de tiempo.

Asistentes

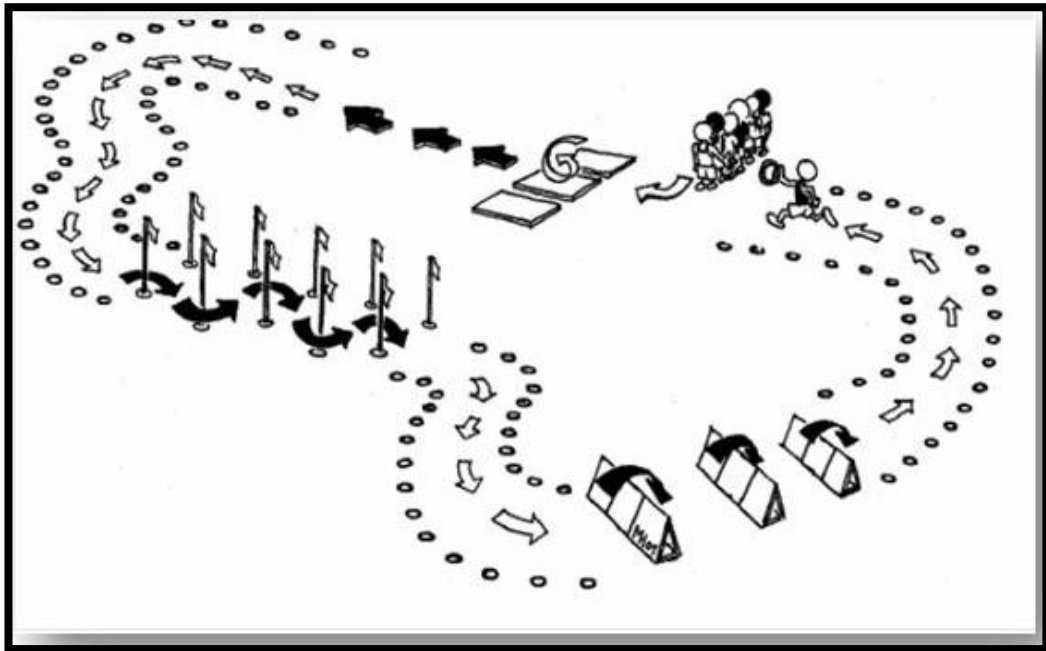
Para una organización eficiente, se requiere de un asistente por equipo. Esta persona tiene las siguientes

Obligaciones:

- Controlar el curso regular del evento.
- Tomar el tiempo.
- Llevar el puntaje y registrarlo en la tarjeta del evento.

4.6.10.2.- Fórmula Uno

Ilustración 6.- Evento 2: Fórmula uno



Fuente: Guía de Miniatletismo I.A.A.F (Federación Internacional de Atletismo)
Autor: Liliana Baque Catuto

Breve descripción:

Relevos combinados de carrera plana, vallas y de velocidad – Slalom

Procedimiento

La distancia es de alrededor de 60 u 80m y está dividida en áreas para la carrera de velocidad plana, para la carrera de vallas y la de slalom alrededor de postes (ver figura).

Se utiliza un aro blando como testimonio de relevos. Cada participante debe comenzar con un rol adelante sobre la colchoneta.

El “Fórmula Uno” es un evento de equipo en el cual cada miembro del equipo debe completar una vuelta. Pueden participar hasta seis equipos a la vez sobre el circuito.

Puntaje

El ranking se evalúa según el tiempo: el equipo ganador es el que posee menor tiempo. Los siguientes equipos se clasifican según el orden de tiempo.

Asistentes

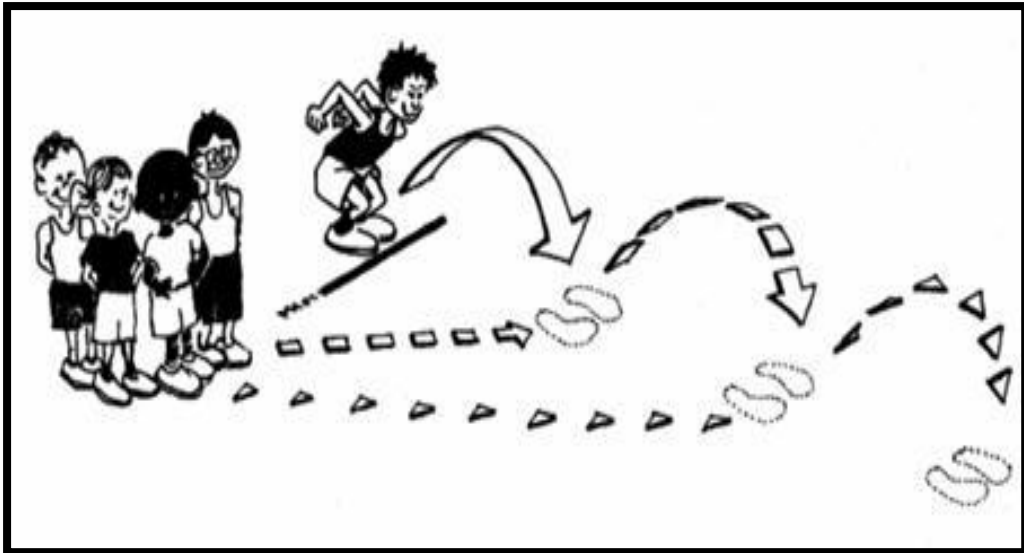
Serán necesarios al menos dos asistentes para cada área (vallas, slalom) para instalar adecuadamente el equipamiento.

Además de los asistentes de equipos, serán necesarios dos ayudantes para actuar como jueces en las zonas de traspaso.

Una persona debe cumplir la función de largado. Finalmente, existe la necesidad de contar con la mayor cantidad de cronometradores como equipos participantes en el evento. Los cronometradores también son responsables de registrar los puntajes en las planillas del evento.

4.6.10.3.- Salto en Sentadillas hacia adelante

Ilustración 7.- Evento 3: Salto en sentadillas hacia adelante



Fuente: Guía de Miniatletismo I.A.A.F (Federación Internacional de Atletismo)
Autor: Liliana Baque Catuto

Breve descripción:

Salto en dos pies hacia adelante desde posición de sentadillas

Procedimiento

Desde una línea de salida, los participantes realizan un “salto de rana” detrás de otro (“salto de rana”: salto en dos pies en sentadillas hacia adelante). El primer participante del equipo se para con la punta de los dedos de los pies en la línea de salida. Realiza una sentadilla y salta lo más lejos posible hacia adelante, cayendo sobre ambos pies. Si un participante cae hacia atrás, se marca, por ej., el punto de caída de su mano.

El punto de caída, a su vez, es el punto de partida del segundo saltador del equipo quien continúa con su “salto de rana” desde allí. El tercer compañero de equipo salta desde el punto de caída del segundo.

El evento se completa cuando el último miembro del equipo ha saltado y se marca ese punto de caída. El procedimiento completo se repite una segunda vez (segundo intento).

Puntaje

Compite cada miembro de equipo. La distancia total de todos los saltos es el resultado del equipo. El puntaje del equipo se basa en el mejor resultado de los dos intentos. La medición se registra a intervalos de 1 cm.

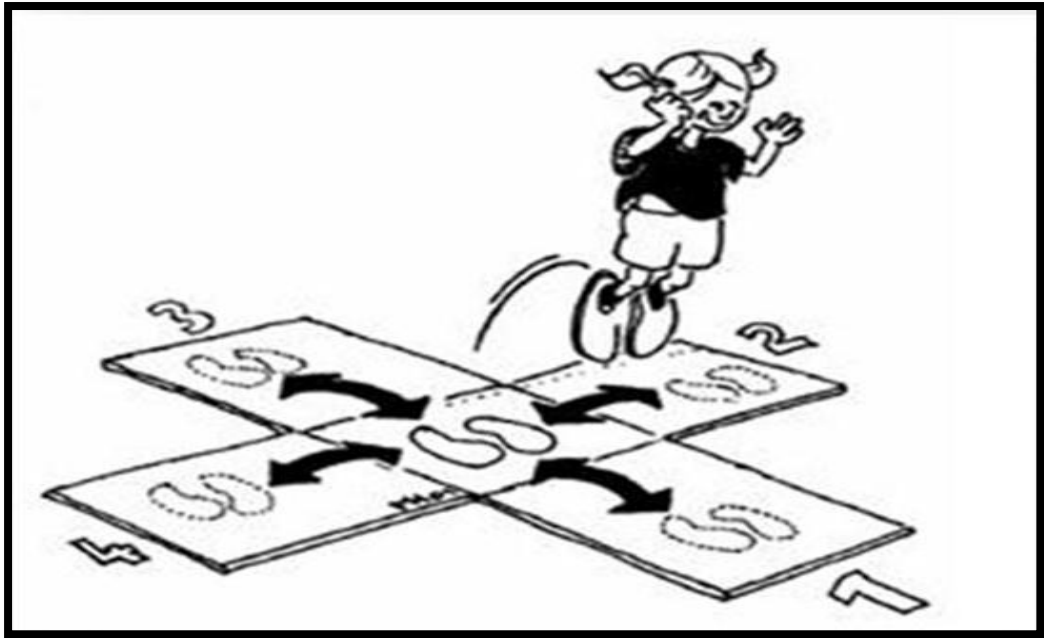
Asistentes

Para este evento se requiere un asistente por equipo con las siguientes obligaciones:

- Controlar y regular el procedimiento (línea de partida, caída).
- Medir la distancia total de cada intento.
- Registrar el puntaje en la planilla del evento.

4.6.10.4.- Rebotes Cruzados

Ilustración 8.- Evento 4: Rebotes cruzados



Fuente: Guía de Mini atletismo I.A.A.F (Federación Internacional de Atletismo)

Autor: Liliana Baque Catuto

Breve descripción:

Salto en dos pies con cambio de dirección

Procedimiento

Desde el centro de la cruz de salto, el participante salta hacia delante, hacia atrás y hacia los costados. Específicamente, el punto de partida es el centro de la cruz hacia delante; luego hacia atrás hacia el centro; luego hacia la derecha y nuevamente hacia el centro; luego hacia la izquierda y nuevamente hacia el centro; y finalmente, hacia atrás nuevamente hacia el centro.

Puntaje

Cada miembro de equipo tiene 15 segundos de tiempo de intento en los que debe llevar a cabo tantos rebotes en dos pies como le sea posible. Cada cuadro (frente,

centro, ambos lados, atrás) se marca con un punto, de modo que en una ronda se puede obtener un máximo de ocho puntos. Luego de los dos intentos se considera el de mejor puntaje.

Asistentes

Para este evento se requiere de un asistente por equipo con las siguientes obligaciones:

- Dar la orden de comienzo.
- Controlar y regular el procedimiento.
- Controlar el tiempo y contar el número de rebotes.
- Registrar el puntaje en la planilla del evento.

4.6.10.5.- Lanzamiento de la Jabalina para Niños

Ilustración 9.- Evento 5: Lanzamiento de la jabalina para niños



Fuente: Guía de Miniatletismo I.A.A.F (Federación Internacional de Atletismo)

Autor: Liliana Baque Catuto

Breve descripción:

Lanzamientos de la jabalina para niños con un brazo

Procedimiento

El lanzamiento de la jabalina para niños se realiza desde un área de aproximación de 5m. Luego de una breve carrera de aproximación, el participante lanza la jabalina hacia la zona de lanzamiento desde la línea límite (grupos por edades I y II lanzan jabalinas blandas, mientras que el grupo por edades III lanza jabalinas turbo). Cada participante tiene dos intentos.

Nota sobre Seguridad: Ya que la seguridad es vital en la competencia de lanzamiento de la jabalina para niños, sólo se permite la presencia de los

asistentes en la zona de caída. Está estrictamente prohibido lanzar la jabalina nuevamente hacia la línea límite.

Puntaje

Cada lanzamiento se mide a 90° (ángulo recto) de la línea límite y se registra a intervalos de 25 cm (tomándose el número mayor cuando la caída se da entre líneas). El mejor de los dos intentos de cada miembro del equipo se considera para el puntaje final del equipo.

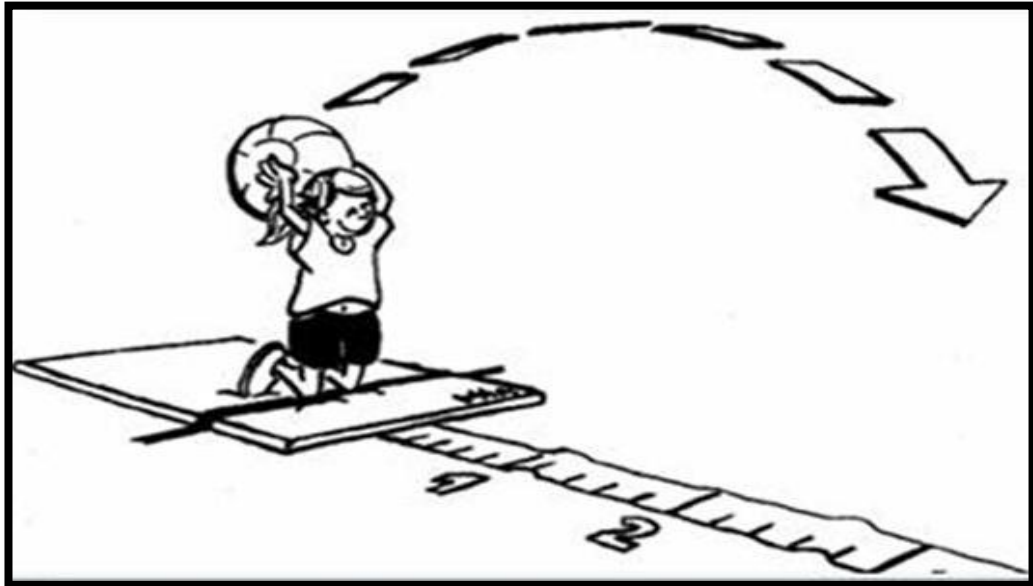
Asistentes

Este evento requiere dos asistentes por equipo con las siguientes obligaciones:

- Controlar y regular el procedimiento.
- Evaluar la distancia de caída de la jabalina (medición a 90° de la línea límite).
- Llevar la jabalina nuevamente a la línea límite.
- Llevar el puntaje y registrarlo en la tarjeta del evento.

4.6.10.6.-Lanzamiento Arrodillado

Ilustración 10.- Evento 6: Lanzamiento arrodillado



Fuente: Guía de Miniatletismo I.A.A.F (Federación Internacional de Atletismo)
Autor: Liliana Baque Catuto

Breve descripción:

Lanzamiento de la pelota medicinal con ambas manos, arrodillado

Procedimiento

El participante se arrodilla en la colchoneta (u otro tipo de superficie blanda) frente a un objeto blando elevado (por ejemplo una colchoneta de salto o de espuma). El participante se reclina hacia atrás (tensionando el cuerpo) y lanza la pelota (1kg) a máxima distancia, utilizando ambas manos sobre la cabeza mientras está arrodillado.

Después del lanzamiento el participante puede caer hacia delante sobre la colchoneta que está frente a él.

Nota sobre Seguridad: La pelota nunca debe lanzarse nuevamente a los participantes. Se aconseja que se la lleve de regreso o se la haga rodar hacia la línea límite para el próximo lanzador.

Puntaje

Cada participante tiene dos intentos. La medición se registra a intervalos de 20 cm (tomando el número mayor cuando la caída es entre líneas) y a 90° (ángulo recto) de la línea límite.

El mejor de los dos intentos de cada miembro del equipo es el que se considera para el puntaje final del equipo.

CAPÍTULO V

MARCO ADMINISTRATIVO

5.1.-Recursos:

Los recursos que se utilizaron para la realización del tema de investigación son:

5.1.1.- Institucionales

- Universidad Estatal Península de Santa Elena
- Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena

5.1.2.- Humanos

- Una tutora de tesis de la Carrera de Educación Física, Deportes y Recreación.
- Un egresado de la Escuela de Educación Física, Deportes y Recreación.
- Directivos, metodólogos de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena a quienes se le realizó la Entrevista
- 39 Entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena a quienes se le realizó la Encuesta
- 60 niños de dos escuelas fiscales de la provincia invitados para realizar el evento de Mini atletismo.
- Un entrenador de Atletismo junto a un grupo jóvenes con quienes se realizó la Guía de Observación

5.1.3.- Materiales

- Suministros de computación

- Suministros de oficina
- Equipos de computación
- Internet
- Movilización
- Teléfono y Comunicación

5.2.-Financiamiento

En cuanto a la realización de este tema investigativo se efectuó con recursos autofinanciados.

Tabla 17.- Recursos Humanos

1	RECURSOS HUMANOS	CANTIDAD	COSTO UNITARIO	TOTAL
1	Tutora	1	0,00	0,00
2	Egresada	1	0,00	0,00
3	Entrenadores de la Federación	39	0,00	0,00
4	Niños invitados	60	0.00	0,00
5	Capacitadores invitados	2	\$200,00	\$400,00
Subtotal				\$400,00

Fuente: Recursos Humanos

Elaborado por: Liliana Baque Catuto

Tabla 18.- Recursos y Materiales

2	RECURSOS Y MATERIALES	CANTIDAD	COSTO UNITARIO	TOTAL
1	Laptop	1	\$1200,00	\$1200,00
2	Proyector	1	\$1000,00	\$1000,00
3	Impresora + Instalación de tinta continua	1	\$175,00	\$175,00
4	Resma de papel bond	3	\$4,50	\$13,50
5	Carpetas	120	\$0,75	\$270,00
6	Block ejecutivos	120	\$0,75	\$270,00
7	Marcadores acrílicos	4	\$1,25	\$5,00
8	Esferográficos	120	\$0,35	\$42,00
9	Cronometro	2	\$25,00	\$50,00
10	Certificados	120	\$2,00	\$240,00
Subtotal				\$3265,50

Fuente: Recursos Humanos

Elaborado por: Liliana Baque Catuto

Tabla 19.- Transporte y movilización

3	TRANSPORTE Y MOVILIZACIÓN	TIEMPO	COSTO UNITARIO	TOTAL
1	Movilización	3 Meses	\$3,00	\$180
2	Teléfono y Comunicación	3 Meses	\$3,00	\$180
Subtotal				\$360
Total				\$4025,50

Fuente: Recursos Humanos

Elaborado por: Liliana Baque Catuto

El total de gastos realizados en la realización del tema propuesto fueron:

Total de Recursos Utilizados.

Tabla 20.- Total gastos

Nº	DENOMINACIÓN	TOTAL
1	Recursos Humanos	\$400,00
2	Recursos y Materiales	\$3265,50
3	Transporte y movilización	\$360,00
Total		\$4025.50

Fuente: Recursos Humanos

Elaborado por: Liliana Baque Catuto

5.3.- Cronograma

Tabla 21.- Cronograma

ACTIVIDADES	MAYO				JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE				DICIEMBRE				ENERO					FEBRERO MARZO				ABRIL MAYO				JUNIO- JULIO				AGOSTO			
	2012				2012				2012				2012				2012				2012				2012				2013					2013				2013				2013				2013							
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
Presentación del tema	■	■	■	■																																																	
Justificación					■	■	■	■																																													
Elaboración del problema									■	■	■	■																																									
Elaboración de objetivos													■	■	■	■																																					
Elaboración de Marco Teórico													■	■	■	■																																					
Elaboración del Marco Metodológico																	■	■	■	■																																	
Elaboración de Marco Administrativo																					■	■	■	■																													
Anteproyecto																									■	■	■	■																									
Presentar para la aprobación de consejo académico																													■	■	■	■																					
Realizar correcciones para presentar a consejo académico																																	■	■	■	■																	
Designación de tutor																																																					
Elaboración de la entrevista y la Encuesta																																					■	■	■	■													
Tabulación de datos e informe de resultados																																																					
Elaboración de la Propuesta																																																					
Seminario y trámites para cambio de tutor																																																					
Asignación de nuevo tutor																																																					
Tutorías en doble jornada																																																					
Puesta en marcha de la propuesta																																																					
Finalización de la propuesta																																																					
Presentación final a Consejo Académico																																																					
Sustentación final																																																					

Fuente: Cronograma

Elaborado por: Liliana Baque Catuto

Bibliografía

- Campos Granel, J., & Gallat Lazcorreta, J. E. (2004). www.google.com. Recuperado el 28 de Julio de 2013, de Las Tecnicas del Atletismo: <http://books.google.com.ec/books?id=qHO3gQboG-oC&printsec=frontcover&dq=atletismo&hl=es&sa=X&ei=uYf2UZvxDJjb4AOq5IDQDw&ved=0CDoQ6AEwAg#v=onepage&q=atletismo&f=false>
- Constitución de la Republica del Ecuador. (2008). Constitución de la República de Ecuador.
- Erikson, E. (1968). www.google.com. Recuperado el 29 de Julio de 2013, de Desarrollo de la Personalidad: <http://www.arkeformacion.com/web/wp-content/uploads/2009/06/primaria.pdf>
- Escuela Superior de Estudios Aplicados, D. (07 de Mayo de 2010). www.google.com. Recuperado el 28 de Julio de 2013, de <http://www.arkeformacion.com/web/wp-content/uploads/2009/06/primaria.pdf>
- Fe, C. R. (s.f.). Proyecto de MIni-Atletismo. Recuperado el 04 de Junio de 2013, de Presentación del Programa de Mini Atletismo del C.R.A.S.: <http://www.cras-atletismorafaelino.com/mini-atletismo/>
- Fernández Gil, A. (2002). Programa “Miniatletismo en la Escuela”. Revista Educar en Castilla-La Mancha., 1-4.
- Gozzoli, C., Locatelli, E., Massin, D., & Wangemann, B. (2002). MINIATLETISMO. Asociación Internacional de Federaciones Atléticas, 5-6.
- Grosser, B., & Zintl. (1989).
- Jaramillo Rodriguez, C. (2004). Atletismo Basico. Fundamentos de pista y campo. Armenia: Kinesis.

Ley del Deporte, Educación Física y Recreación. (2010). Ley del Deporte, Educación Física y Recreación.

Lic. Alemán Martín, S., & Lic. Cáceres Ponce, M. L. (s.f.). Manual de Educación Física Escolar.

Martín. (1982).

Martínez Márquez, B. (s.f.). www.google.com. (R. P. Grether, Editor) Recuperado el 24 de Julio de 2013, de [monografias.com](http://www.monografias.com): <http://www.monografias.com/trabajos87/indicadores-seleccion-talentos-natacion/indicadores-seleccion-talentos-natacion.shtml#bibliograa>

Plan Nacional del buen vivir. (2009-2013). Plan Nacional del buen vivir.

Rubio, J. (2005). www.google.com. Recuperado el 26 de Julio de 2013, de www.atletismorosario.com.ar: <http://www.atletismorosario.com.ar/articulo.asp?id=1>

Rubio, J. (2008). Club Rafaelino de Atletismo y Servicios Sociales y Deportivos Cras. Recuperado el 27 de Julio de 2013, de www.google.com: www.cras-atletismorafaelino.com/proyecto-de-mii-atletismo/

Ruis Sant, J. (2005). www.google.com. Recuperado el 28 de Julio de 2013, de Metodología y Técnica del Atletismo: <http://books.google.com.ec/books?id=4qxLd2bV-a8C&printsec=frontcover&dq=atletismo&hl=es&sa=X&ei=uYf2UZvxDJj b4AOq5IDQDw&ved=0CEYQ6AEwBA#v=onepage&q=atletismo&f=false>

Referencias Bibliográficas

- Águila, C. (2000). *EFDeportes.com*. Recuperado el 28 de Julio de 2013, de <http://www.efdeportes.com/efd20/metodol.htm>
- Alonso, D., & Del Campo, J. (2001). *www.google.com*. Recuperado el 28 de Julio de 2013, de iniciación al atletismo en la primaria: http://books.google.com.ec/books?id=G_oO1FQOwOMC&printsec=frontcover&dq=atletismo&hl=es&sa=X&ei=uYf2UZvxDJjb4AOq5IDQDw&ved=0CEAQ6AEwAw#v=onepage&q=atletismo&f=false
- Brizuela Rodríguez, Y. (s.f.). *www.google.com*. Recuperado el 24 de Julio de 2013, de [monografias.com](http://www.monografias.com/monografias/monografias.com): <http://www.monografias.com/trabajos82/indicadores-seleccion-talentos-atletismo/indicadores-seleccion-talentos-atletismo.shtml>
- Campos Granel, J., & Gallat Lazcorreta, J. E. (2004). *www.google.com*. Recuperado el 28 de Julio de 2013, de Las Tecnicas del Atletismo: <http://books.google.com.ec/books?id=qHO3gQboG-oC&printsec=frontcover&dq=atletismo&hl=es&sa=X&ei=uYf2UZvxDJjb4AOq5IDQDw&ved=0CDoQ6AEwAg#v=onepage&q=atletismo&f=false>
- Dyson, G. (s.f.). *Mecanica del Atletismo*. Buenos aires, Argentina: Stadium.
- Fe, C. R. (s.f.). *Proyecto de Mini-Atletismo*. Recuperado el 04 de Junio de 2013, de Presentación del Programa de Mini Atletismo del C.R.A.S.: <http://www.cras-atletismorafaelino.com/mini-atletismo/>
- Hornillos Baz, I. (2000). *www.google.com*. Recuperado el 28 de Julio de 2013, de Atletismo: http://books.google.com.ec/books?id=S1opr_HIuaMC&printsec=frontcover&dq=atletismo&hl=es&sa=X&ei=uYf2UZvxDJjb4AOq5IDQDw&ved=0CC4Q6AEwAA#v=onepage&q=atletismo&f=false

Leiva Deantonio, J. H. (2010). *Selección y orientación de Talentos Deportivos*. Armenis, Colombia: Kinesis.

Martínez Márquez, B. (s.f.). *www.google.com*. (R. P. Grether, Editor) Recuperado el 24 de Julio de 2013, de *monografias.com*: <http://www.monografias.com/trabajos87/indicadores-seleccion-talentos-natacion/indicadores-seleccion-talentos-natacion.shtml#bibliograa>

Müller, H., & Ritzdorf, W. (1996). *Correr, Saltar, Lanzar*. Santa Fe, Argentina: Imprenta Lux.

Olivera Beltran, J. (s.f.). *1169 Ejercicios y Juegos de Atletismo*. Barcelona: Paidotribo.

Polischuk, V. (s.f.). *Atletismo Iniciación y Perfeccionamiento*. Ucrania: Paidotribo.

Consultas en Biblioteca Virtual Upse

<http://upse.ebib.com/patron/FullRecord.aspx?p=366400>

<http://upse.ebib.com/patron/FullRecord.aspx?p=367398>

<http://upse.ebib.com/patron/FullRecord.aspx?p=894213>

<http://upse.ebib.com/patron/FullRecord.aspx?p=448539>

<http://upse.ebib.com/patron/FullRecord.aspx?p=619214>

<http://upse.ebib.com/patron/FullRecord.aspx?p=662344>

ANEXOS

Anexo A.- Formato Guía de Observación

Objetivo: La siguiente guía de observación permite determinar la forma en que realizan los entrenamientos de los niños y jóvenes en la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena.

ATLETISMO TRADICIONAL	MINIATLETISMO
El Calentamiento	
Parte Principal	
Parte Final	

Fuente: Guía de Observación

Elaborado por. Lilitana Baque Catuto

Anexo B.- Formato de la Encuesta

**Encuesta dirigida a los entrenadores de la Federación Deportiva de la
Provincial de Santa Elena**

OBJETIVO.- Identificar el nivel de conocimiento del Mini atletismo en los entrenadores de la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena.

Encierre en un círculo la respuesta que usted considere

1. ¿Ha escuchado usted hablar del Mini atletismo?

- SI
- NO

2. Desde su punto de vista: ¿Cree usted que el Mini atletismo ayudaría a los niños a utilizar mejor su tiempo libre?

- SI
- NO

3. ¿Cree usted, que el Mini atletismo ayuda a formar valores en los niños?

- SI
- NO

4. ¿Considera usted que a través del Mini atletismo se motivaría a los niños a realizar actividad física?

- SI
- NO

5. ¿Conoce usted si se ha realizado capacitaciones sobre el Mini atletismo en la provincia de Santa Elena?

- SI

- NO

6. ¿Cree usted que debería implementarse el Mini atletismo en la provincia de Santa Elena?

- SI
- NO

7. ¿Ha recibido usted capacitación sobre el Mini atletismo?

- SI
- NO

8. ¿Le gustaría recibir un curso de capacitación de Mini atletismo?

- SI
- NO

9. ¿Cree usted que es necesario contar con más entrenadores capacitados en el Mini atletismo?

- SI
- NO

10. ¿Cree usted que los egresados y estudiantes de la Carrera de Educación Física de la UPSE deberían asistir a esta capacitación?

- SI
- NO

Anexo C.- Formato de la Entrevista

DATOS PERSONALES:

NOMBRES:

APELLIDOS:

EDAD:

TÍTULO PROFESIONAL:

CARGO EN LA INSTITUCIÓN:

AÑOS EN LA PROFESIÓN:

La presente Entrevista tiene como finalidad conocer su opinión sobre diversos aspectos con referencia a la práctica de Mini atletismo en la Federación Deportiva de la Provincia de Santa Elena, sus respuestas, me servirán de apoyo para la elaboración de mi trabajo de tesis para optar por el Título de Licenciada en Educación Física, Deportes y Recreación.

1. ¿Cuál es su opinión acerca del Mini atletismo?

2. ¿Qué opina acerca de la capacitación de Mini atletismo para los entrenadores de esta institución?

3. ¿Qué beneficios cree usted que conlleva la práctica del Mini atletismo en los niños en los niños?

4. Para usted, ¿qué actividades engloban la práctica del Mini atletismo?

5. ¿Dónde consideras que se puede aplicar la práctica del Mini atletismo?

Anexo D.-Capacitación de Atletismo



Fuente: Capacitación de Atletismo Básico dictado por el Tlgo. Omar Triviño
Autor: Liliana Baque Catuto.



Fuente: Capacitación de Atletismo Básico dictado por el Tlgo. Omar Triviño
Autor: Liliana Baque Catuto.

Anexo E.- Capacitación de Miniatletismo a los Entrenadores



Fuente: Capacitación de Miniatletismo dictada por Liliana Baque Catuto en coordinación con el Lcdo. Julio Sanmiguel Casanova

Autor: Liliana Baque Catuto



Fuente: Capacitación de Miniatletismo dictada por Liliana Baque Catuto en coordinación con el Lcdo. Julio Sanmiguel Casanova

Autor: Liliana Baque Catuto

Anexo F.- Entrenamiento de Atletismo Tradicional



Fuente: Capacitación de Mini-atletismo dictada por Liliana Baque Catuto en coordinación con el Lcdo. Julio Sanmiguel Casanova

Autor: Liliana Baque Catuto



Fuente: Capacitación de Mini-atletismo dictada por Liliana Baque Catuto en coordinación con el Lcdo. Julio Sanmiguel Casanova

Autor: Liliana Baque Catuto

Anexo G.- Entrenamiento de Mini atletismo



Fuente: Capacitación de Mini atletismo dictada por Liliana Baque Catuto en coordinación con el Lcdo. Julio Sanmiguel Casanova

Autor: Liliana Baque Catuto



Fuente: Capacitación de Mini atletismo dictada por Liliana Baque en coordinación con el Lcdo. Julio Sanmiguel

Autor: Liliana Baque Catuto.

Anexo H.- Entrenadores y escuelas participantes de la Capacitación de Mini atletismo.



Fuente: Capacitación de Mini atletismo dictada por Liliana Baque Catuto en coordinación con el Lcdo. Julio Sanmiguel Casanova

Autor: Liliana Baque Catuto



Fuente: Capacitación de Mini atletismo dictada por Liliana Baque Catuto en coordinación con el Lcdo. Julio Sanmiguel Casanova

Autor: Liliana Baque Catuto



Fuente: Capacitación de Miniatlético dictada por Liliana Baque Catuto en coordinación con el Lcdo. Julio Sanmiguel Casanova
Autor: Liliana Baque Catuto

Anexo I.- Fichas para el evento

CARRERAS PARA TODOS LOS GRUPOS DE EDADES

Evento: *Equipo/Color:* *Grupo por Edades:*

	<i>Equipo</i>	<i>Velocidad/Vallas</i>	<i>Velocidad/slalom</i>	<i>“Fórmula 1”</i>
<i>1</i>				
<i>2</i>				
<i>3</i>				
<i>4</i>				

Fuente: I.A.A.F (Federación Internacional de Atletismo) – Guía de Mini atletismo

Autor: Liliana Baque Catuto

SALTOS / LANZAMIENTOS

Evento: *Equipo/Color:* *Grupo por Edades:*

	<i>Nombre</i>	<i>1. Intento</i>	<i>2. Intento</i>	<i>Mejor</i>	
<i>1</i>					
<i>2</i>					
<i>3</i>					
<i>4</i>					
<i>5</i>					
<i>6</i>					
<i>7</i>					
<i>8</i>					
<i>9</i>					
<i>10</i>					
		<i>Total Equipo:</i>			

Fuente: I.A.A.F (Federación Internacional de Atletismo) – Guía de Mini atletismo

Autor: Liliana Baque Catuto

		Vallas	Sialom	Formula-1	Resistencia	Garrocha	Cuerda	Salto cruzados	Sentadillas hacia adel.	Escalera	T Blanco	Jabalina	Arrodiado	Lanz. hacia Atrás	Rotacional	Puntos	Orden
Rojo	Resultado Puntos																
Amarillo	Resultado Puntos																
Verde	Resultado Puntos																
Azul	Resultado Puntos																
Anaranjado	Resultado Puntos																
Blanco	Resultado Puntos																
Marrón	Resultado Puntos																
Violeta	Resultado Puntos																
	Resultado Puntos																

Fuente: I.A.A.F (Federación Internacional de Atletismo) – Guía de Minitletismo
 Autor: Liliana Baque Catuto

EQUIPOS	BERGELONIA	LOS CAMERONES	LOS GUERREROS	SUPER CAMERONAS	BOB ESPORITA	AGUILAS
VELOCIDAD A F1	3'15"	3'02"				2'54"
SALTO VALLAS	1'43"				1'56"	1'53"
SALTO LAPID		41	39			37
SALTO PEGOTE	15	9	18			
LAMPARON JABALINA		106		97	99	
BALON MECANICA			54	42	55	
TOTAL						

PUNTOS
 12
 10
 8
 6
 4
 2

Fuente: Capacitación de Minitletismo dictada por Liliana Baque en coordinación con el Lcdo. Julio Sanmiguel.
 Autor: Liliana Baque Catuto.